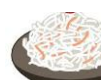


7月 献立表

月	火	水	木	金	土	
		1日	2日	3日	4日	
		オクラの とさあえ  チキンカツ  ごはん  みそしる 	ごぼうとひらてん のきんぴら  さんしょくどん  みそしる 	しゅうまい  はっばうさい  ごはん  ちゅうかスープ 	おやすみ	
6日	7日	8日	9日	10日	11日	
ほうれんそうの あえもの  にくだんごのあまずに  ごはん  ちゅうかスープ 	ほしがたコロッケ  やさしいため  ごはん  ちゅうかスープ 	オニオンマリネ  キッシュふう  ごはん  コンソメスープ 	ひじきの いりに  ホキのごもくあんかけ  ごはん  みそしる 	こんさいサラダ  やきそば  ごはん  みそしる 	ブロッコリー ソテー  チキンピカタ  ごはん  コンソメスープ 	
13日	14日	15日	16日	17日	18日	
はるさめの あえもの  ぶたにくの しょうがやき  ごはん  みそしる 	かぼちゃの にもの  とりのてりやき  ごはん  みそしる 	こうや豆腐 のにもの  サバのみそに  ごはん  すましじる 	ブロッコリー サラダ  スパゲティミートソース  ごはん  コンソメスープ 	あんにんどうふ  たなばたそうめん  たきこみ ごはん 	おやすみ	
20日	21日	22日	23日	24日	25日	
おやすみ		キャベツの サラダ  ハンバーグ デミグラスソース  ごはん  コンソメスープ 	だいごんの そばろに  ひやしちゅうか  ごはん 	かぼちゃ サラダ  チキンバジルオイルやき  ごはん  コンソメスープ 	こまつな ひじきあえ  このはどん  みそしる 	まめとやさいの ようふうに  ドライカレー  ごはん  コンソメスープ 
27日	28日	29日	30日	31日		
ぶたにく だいごんにもの  ひやしきつねうどん  ごはん 	なすの にびたし  みそかつ  ごはん  すましじる 	れんごんの きんぴら  たちうおのおろしに  ごはん  みそしる 	やさしいサラダ  キーマカレー  いちごゼリー 	だいごんの ナムル  ぶたにくとなすのみそいため  ごはん  ちゅうかスープ 		