



2023



献立



月	火	水	木	金	土
7/31	 ~7月行事食~ 7/7『七夕』 7/24『郷土料理 (沖縄)』				1
ご飯 魚の天ぷら 高菜明太炒め のっぺい汁 香の物					赤飯 魚の味噌漬け焼き 切干大根サラダ すまし汁 香の物
コーヒーロール	 シュークリーム				
3	4	5	6	7	8
ご飯 牛すき焼き 春雨の中華和え すまし汁 香の物	豚肉の甘辛丼 おろし和え すまし汁 マスカットゼリー	ご飯 魚のもろみ焼き ごぼうサラダ すまし汁 香の物	ご飯 豚肉のガーリック クバター焼き キャベツの ツナサラダ 味噌汁 果物 みかん	わかめご飯 七夕そうめん 南瓜のひき肉 フライ 果物 すいか	ご飯 鱈の香味漬け焼き 春菊の白和え 味噌汁 香の物
黒糖まんじゅう	抹茶アイス	フルーツ ヨーグルト	バニラロール	七夕ゼリー	おからケーキ抹茶
10	11	12	13	14	15
夏野菜カレー ブロッコリーと 卵のサラダ ジュース 果物 白桃	ご飯 鯖の塩焼き もやしの ゆず風味和え すまし汁 香の物	ご飯 鶏肉のかぼす バター焼き かぼちゃサラダ すまし汁 果物 バナナ	ご飯 ハンバーグ おろしソース れんこんの ピリ辛炒め すまし汁 果物 ぶどう	ご飯 ブルコギ 小松菜のナムル 中華スープ 香の物	ご飯 魚の煮付け ほうれん草の ごま和え 味噌汁 果物 バイン
キャラメルケーキ	チョコクレープ	おはぎ	ココアワッフル	パンナコッタ	どら焼き
17	18	19	20	21	22
 海の日	ご飯 鱈の山椒焼き 海藻サラダ 茶碗蒸し 果物 みかん	ご飯 鶏肉のトマト煮 さつま芋サラダ コンソメスープ 香の物	ご飯 冷しゃぶ ほうれん草の ごま和え すまし汁 香の物	ロールパン クリーム シチュー コールスロー サラダ ジュース カクテルゼリー	ご飯 牛肉と南瓜の バター醤油炒め もやしと青梗菜の ソテー すまし汁 香の物
	まんじゅう	メープルケーキ	パンケーキ	たいやき	杏仁豆腐
24	25	26	27	28	29
ご飯 豚肉とゴーヤの チャンプル もずくと胡瓜の 酢の物 すまし汁 果物 キウイ	ご飯 鶏肉のオーロラ ソース焼き 小松菜の ツナサラダ すまし汁 香の物	梅菜めしご飯 焼きそば いかしゅうまい フルーツ カクテル	ご飯 魚の梅醤油焼き ごぼうの ピリ辛炒め すまし汁 果物 りんご	ご飯 筑前煮 大根の梅和え すまし汁 果物 みかん	麦ご飯 豚肉の塩麴炒め 南瓜チーズサラダ つみれ汁 果物 バナナ