

# 予定献立

## 2025年7月

曜日	火	水	木	金	土	日	月	火
日にち	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ロールパン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	わかめスープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	鮭の塩焼	ほうれん草 オムレツ	ソフトいなりの 煮物	ベーコンエッグ	ミートボール	さんまの蒲焼	納豆	肉詰めいなりの 煮物
	かぶの煮物	白菜としめじの和 え物	カリフラワーの おかか和え	野菜のソテー	とろろ	白菜の煮物	ウインナーと 野菜の炒め物	野菜の炒め煮
	ふりかけ・牛乳	漬物・牛乳	梅干し・牛乳	フルーツ缶・牛乳	ふりかけ・牛乳	昆布佃煮・牛乳	漬物・牛乳	ふりかけ・牛乳
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	★七タメニュー★	ご飯
	ミートコロケ	鶏肉のトマト煮	サワラの幽庵焼	豚肉の はちみつ照焼	ハンバーグ (おろしソース)	鶏肉の しそみそ焼	七タそうめん・ 天ぷら	鶏肉の竜田焼
	ぜんまいの 炒り煮	しのだの含め煮	ビーフン炒め	さつま揚げと 玉ねぎの煮物	たらこじゃが バター	キャベツの 炒め煮	かぼちゃの サラダ	きのことベーコンの スパゲティー
	キャベツと ザーサイの中華和え	オクラの磯辺和え	大根サラダ	きゅうりの 酢の物	水菜とトマトの サラダ	マカロニサラダ	パイナップル	アスパラの お浸し
		バナナ		オレンジ		ヤクルト		
おやつ	バームクーヘン	エクレア	黒糖まんじゅう	アイス	クレープ (チョコ)	ココアムース	ケーキ	アイス
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ゆかりご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	豆腐の ふんわり天	豚肉の香味焼	鶏肉の照焼	アジのさんが焼	ブリの照り煮	豚肉の塩麹焼	鶏肉の山椒焼	カレーの おろし煮
	青梗菜の煮浸し	車麩の煮物	スナックエンドウの 炒め	きんぴらごぼう	根菜のそぼろ煮	青菜の煮浸し	高野豆腐の煮物	ひじきの炒り煮
	金時煮豆	冷奴	もやしと油揚げの お浸し	インゲンの ごま和え	モロヘイヤの 生姜和え	ブロッコリーのサ ラダ	ほうれん草の お浸し	インゲンとささみの ごま和え

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

# 予定献立

2025年7月

曜日	水	木	金	土	日	月	火	水
日にち	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	温泉卵	卵とじ	肉野菜炒め	鮭缶 マヨネーズ添え	スクランブルエッグ	納豆	厚焼玉子	ツナの おろし添え
	春菊のお浸し	かぶの煮物	小松菜の ピーナツ和え	はんぺんの煮物	青梗菜の なめたけ和え	ちくわの煮物	スナップエンドウ のお浸し	春菊の和え物
	ゆずみそ・牛乳	梅干し・牛乳	フルーツ缶・牛乳	ふりかけ・牛乳	昆布佃煮・牛乳	漬物・牛乳	ふりかけ・牛乳	漬物・牛乳
昼食	ご飯	ご飯	かおりご飯	ポークカレー	ご飯	ご飯	肉うどん	ご飯
	さばの 胡麻醤油焼	ちくさ焼	ホッケの塩焼	福神漬	アジの梅煮	松風焼	がんもの煮物	ホッケの蒲焼
	筍のおかか煮	ふきの煮物	大根のひきな炒り	野菜サラダ	じゃがいもと 豚肉の味噌炒め	わらびの炒め物	白菜の昆布和え	車麩と鶏肉の 煮物
	カリフラワーの 和風サラダ	ポイルエンドウのサ ラダ	オクラの和え物	キウイフルーツ	春雨とカニカマの 中華サラダ	インゲンの サラダ	バナナ	もやしの 中華和え
								オレンジ
おやつ	チョコワッフル	イチゴスペシャル	塩バタークリーム ワッフル	プチケーキ	ドーナツ	スイスロール	ドームケーキ カスタード	ととやき
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	豚肉の マーマレード照焼	メヌケの磯辺焼	豚肉の コチュジャン焼	親子煮	焼肉	ホキの タルタルソース焼	ミートローフ	鶏の ハーベキューソーテ
	もやしの煮付け	なすと がんもの煮物	かぼちゃの ごま煮	三色炒め	豆腐と野菜の 旨煮	カニシューマイ	エリンギの 炒め物	生揚げの おろし煮
	モロヘイヤの しらす和え	長芋の千切り 磯和え	山菜のお浸し	わかめの和え物	アスパラの ごま和え	玉ねぎサラダ	菜の花の おかか和え	金時煮豆

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

# 予定献立

## 2025年7月

曜日	木	金	土	日	月	火	水	木
日にち	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝食	ご飯 みそ汁 肉団子 とろろ 梅干し・牛乳	ロールパン コーンスープ オムレツ ハムと野菜の炒め物 フルーツ缶・牛乳	ご飯 みそ汁 イワシの生姜煮 ピーマンとひき肉の炒め ふりかけ・牛乳	ご飯 味噌汁 ウインナーの野菜炒め インゲンのごま和え のり佃煮・牛乳	ご飯 みそ汁 納豆 ひじきの炒り煮 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 イワシの甘露煮 車麩の煮物 ふりかけ・牛乳	ご飯 みそ汁 ほうれん草オムレツ アスパラのお浸し 漬物・牛乳	ご飯 みそ汁 三色いなりの煮物 オクラのおろしポン酢和え 梅干し・牛乳
昼食	ご飯 タラのムニエル きのこソース なすの煮物 ほうれん草の辛子和え	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め 冬瓜のかにあんかけ 大根のゆかり和え	ご飯 サバの味噌煮 水餃子 海藻サラダ	ご飯 豚肉のスタミナ炒め 炒り豆腐 枝豆とわかめの和え物	ご飯 鶏肉の塩麹焼 かぼちゃのそぼろあんかけ 玉ねぎの和風サラダ	ご飯 豚肉の韓国焼 冬瓜のあんかけ 春雨サラダ	ご飯 アジの蒲焼 里芋とこんにゃくの煮物 菜の花のお浸し パイナップル	ご飯 豚肉の甘辛煮 けんちん風煮物 青梗菜の中華和え
おやつ	アイス	クレープ	甘納豆	ホットケーキ	卵のスイートポテト風	杏仁豆腐	プチケーキ	ババロア シュークリーム
夕食	ご飯 みそ汁 豆腐ステーキ そぼろあん 小松菜とひき肉の煮物 モズクの酢の物	ご飯 みそ汁 メヌケのネギ塩焼 野菜しんじょう 青梗菜の和え物	ご飯 みそ汁 肉豆腐 じゃがいもの生姜煮 ブロッコリーのサラダ	菜飯 みそ汁 豚肉のくわ焼 もやしの煮付け 白菜のナムル	ご飯 みそ汁 煮込みハンバーグ キャベツとしめじのソテー 菜の花の和え物	ご飯 みそ汁 ホッケの味噌漬焼 五目煮豆 小松菜のワサビ和え	ご飯 みそ汁 豚肉のチリソース じゃがいもとツナの煮物 きゅうりとしらすの酢の物	ご飯 みそ汁 かに玉 野菜の煮物 ほうれん草のおかか和え

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

# 予定献立

2025年7月

曜日	金	土	日	月	火	水	木	
日にち	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
	さばの塩焼	温泉卵	卵とじ	納豆	肉団子	ソフトいなりの煮物	さんまの蒲焼	
	ウインナーと野菜の炒め物 マンゴー缶・牛乳	スナックエンドウの炒め ふりかけ・牛乳	アスパラサラダ 漬物・牛乳	キャベツの旨煮 漬物・牛乳	青梗菜のポン酢和え ふりかけ・牛乳	とろろ のり佃煮・牛乳	春菊のお浸し 梅干し・牛乳	
昼食	チキンカレー	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ビビンバ丼	ご飯	
	福神漬	鶏肉の唐揚 ネギソース	メヌケの さらさ蒸し	豚肉のピリ辛焼	鮭のチーズ蒸焼	かぼちゃの甘煮	鶏肉とピーマンの 細切り炒め	
	マロニーサラダ	ゴーヤと豆腐の 炒め物	筍のきんぴら	白菜の旨煮	ビーフン炒め	カリフラワーの サラダ	野菜しんじょう	
	バナナ	春菊とえのきの 磯和え	小松菜とクラゲの 和え物	長芋とオクラの 梅肉和え	ほうれん草の 和え物	漬物	菜の花のお浸し	
おやつ	やわらかおかき	グレーゼリー	水まんじゅう風 デザート	アイス	クリームパン	水ようかん	バームクーヘン	
夕食	ゆかりご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
	ホキの香味焼	豚肉の生姜焼	鶏肉の マーマレード照焼	マーボー豆腐	松風焼	サワラの ゆず味噌焼	カレイのムニエル	
	春菊の煮浸し 冷奴	かぼちゃの 甘辛煮 モロヘイヤの 生姜和え	がんもの煮物 カリフラワーの マヨ添え	きのこの コンソメソテー 金時煮豆	ふきの煮物 インゲンの おかか和え	豚ひき肉とキャベツのオ イスターソース炒め もやしのサラダ	カニシューマイ マロニーサラダ	

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。