

7月 メニュー表

* 天候、配送状況等により献立内容が変更となる事があります

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6
朝食		ごはん こんにゃくの炒め物 ふきの煮物 ごま塩 味噌汁	ごはん 白身魚の鍋照り たけのこの煮物 ふりかけ 味噌汁	ごはん 玉子とし なます ふりかけ 味噌汁	ごはん ブロッコリーのケチャップ煮 うの花 しらす生姜 味噌汁	ごはん ソーセージ炒め かぼちゃサラダ 漬物 味噌汁	ツナサラダパン 目玉焼き 牛乳
昼食		ごはん 焼肉 冬瓜のくす煮 竹輪のツナ和え 吸い物	ごはん エビフライ&貝柱風味フライ 切干大根の煮物 ほうれん草のおかか和え 味噌汁	炊き込みご飯 鶏肉とオクラのごま酢炒め 二色和え 味噌汁	マスの塩焼き 筑前煮 三つ葉の和え物 味噌汁	ごはん 鶏肉の治部煮 小松菜の炒め物 あさりの酢味噌和え 味噌汁	ごはん あじの香味焼き たけのこの煮物 キャベツと胡瓜の塩昆布和え 味噌汁
夕食		ごはん さばの柚子胡椒焼き 茄子の炒め物 人参サラダ 味噌汁	ごはん 八宝菜 チヂミ 華風サラダ 春雨スープ	ごはん 豆腐ハンバーグ 和風おろしかけ ひじきの煮物 野菜マリネ 味噌汁	ごはん 豚肉と長芋の甘辛炒め もやしとインゲンの和え物 味噌汁	ごはん 白身魚と夏野菜の ガーリックソテー ロールキャベツ スパゲッティーサラダ 吸い物	ごはん 豚肉とピーマンの おかかしょうゆ炒め 焼き厚揚げ しらすおろし 味噌汁
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	ごはん 里芋の煮物 彩り酢の物 味の花 味噌汁	ごはん 玉ねぎはんぺん 切干大根の煮物 漬物 味噌汁	ごはん 高野豆腐の煮物 金平ごぼう ふりかけ 味噌汁	ごはん ハムステーキ ポテトサラダ ごま塩 味噌汁	ごはん 玉子炒め ひじきの煮物 ふりかけ 味噌汁	ごはん さわらの煮付 なます のり佃煮 味噌汁	黒糖ロール スクランブルエッグ 牛乳
昼食	【七夕メニュー】 七夕うどん 稲荷寿司 野菜かき揚げ	ハヤシライス フレンチサラダ 福神漬け コーンクリームスープ	ごはん きのこハンバーグ 白菜のツナ炒め 胡瓜の生姜和え 味噌汁	ごはん 白身魚のタルタル焼き ほうれん草のソテー オニオンサラダ 吸い物	ごはん 鶏唐揚げ ぜんまいの煮物 スナップエンドウの辛子和え 味噌汁	ごはん 麻婆茄子 えび焼売 みずくナムル 吸い物	ごはん 鶏肉のカレー炒め 冬瓜の煮物 胡瓜の梅和え 吸い物
夕食	ごはん 鶏肉と青梗菜の炒め物 こんにゃくと竹輪の煮物 とろろ 味噌汁	ごはん たら昆布煮 揚げ出し豆腐 インゲンのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のさっぱり炒め ふきの煮物 キャベツの磯和え 味噌汁	ごはん 豚肉の旨塩炒め かぼちゃの煮物 ピーマンとしめじのお浸し 味噌汁	ごはん ほっけのみりん焼き 味噌田楽 トマトの和風和え 味噌汁	ごはん ゆで豚のネギだれ ブロッコリーときのこの塩炒め 粉ふき芋 味噌汁	ごはん 揚げ豆腐 とうもろこしあんかけ オクラと豚肉のさっと煮 切干大根のサラダ 味噌汁
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	ごはん つみれの煮物 しろ花豆 味付けなめ茸 味噌汁	ごはん ベーコンポテトバーグ うの花 ふりかけ 味噌汁	ごはん がんもの煮物 かぼちゃサラダ ふりかけ 味噌汁	ごはん 玉子焼き ふきの煮物 のりの佃煮 味噌汁	ごはん 赤魚のごま味噌 たけのこの煮物 漬物 味噌汁	ごはん 竹輪の炒め物 紅あずまサラダ 磯しくれ 味噌汁	クロワッサン ハムエッグ 牛乳
昼食	ごはん 豚肉の生姜焼き 金平ごぼう マカロニサラダ 味噌汁	ごはん カレイのバタぼんソテー あさりのパスタ 温野菜サラダ 吸い物	ごはん 木の葉型メンチカツ ひじきの煮物 パプリカと玉葱の甘酢和え 豚汁	焼きそば 野菜肉巻き たたき胡瓜 味噌汁	ごはん かに玉 水餃子風 春雨サラダ 中華スープ	【土用の丑の日】 うな丼風 インゲンの白和え 漬物 吸い物	ごはん 豚肉と小松菜の炒め物 キャベツと スナップエンドウの煮びたし 茄子の中華風胡麻和え 味噌汁
夕食	ごはん ぶりネギの照り炒め 青梗菜の煮物 トマトの酢の物 味噌汁	ごはん 芋煮 ピーマンのじゃ濃いため 大根の浅漬け 味噌汁 【山形県ご当地メニュー】	ごはん 鶏にらもやし炒め ほうれん草の煮びたし 人参とツナのごま風味サラダ 味噌汁	ごはん メバルの煮付 長芋のそぼろ炒め 蒸し茄子 味噌汁	ごはん 鶏肉と厚揚げの味噌炒め 切干大根の煮物 もずく酢 味噌汁	ごはん チキンのトマトソース煮 マカロニソテー コーンサラダ	ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ぜんまいの煮物 里芋のサラダ 味噌汁
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	ごはん 大豆の炒め物 ポテトサラダ ふりかけ 味噌汁	ごはん 冬瓜のおかか煮 なます ふりかけ 味噌汁	ごはん 三色炒め ごぼうの旨煮 漬物 味噌汁	ごはん 白身魚のソテー 切干大根の煮物 たいみそ 味噌汁	ごはん 切り昆布の炒め煮 金時豆 おかか 味噌汁	ごはん カリフラワー炒め ひじきの煮物 ふりかけ 味噌汁	ロールパン オムレツ 牛乳
昼食	ごはん 海鮮カツ ふきの煮物 オクラと竹輪の和え物 味噌汁	ごはん 洋風ハンバーグ ふっくらオムレツ ブロッコリーとツナのサラダ 野菜コンソメスープ	夏野菜カレー コールスロー 福神漬け	ごはん 麻婆豆腐 焼売 もやしと胡瓜のナムル 吸い物	ごはん さわらの西京焼き スナップエンドウの玉子炒め 小松菜と油揚げのお浸し 味噌汁	ごはん 牛肉のしくれ煮 すり身海苔巻き 短冊芋 味噌汁	ごはん 赤魚の煮付 じゃが芋の炒め物 胡瓜とカニカマの酢の物 味噌汁
夕食	ごはん チキンのチーズパン粉焼き ベーコンソテー 豆腐と枝豆の胡麻ドレサラダ 吸い物	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 鶏ごぼう稲荷の煮物 青梗菜の生姜和え 味噌汁	ごはん 銀ヒラスの竜田焼き ピーマンとこんにゃくの炒め煮 玉ねぎと胡瓜の酢味噌和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の梅風味焼き たけのこの煮物 キャベツとしめじの塩昆布和え 味噌汁	ごはん 肉じゃが パプリカのポン酢炒め なめたけ和え 味噌汁	ごはん メルルーサの醤油マヨソテー 白菜とツナの出汁煮 こんにゃくサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉とキャベツの オイスター炒め 焼き餃子 やみ付きネギサラダ 春雨スープ
	28	29	30	31			
朝食	ごはん さばの塩焼き 紅あずまサラダ のり佃煮 味噌汁	ごはん ベーコンエッグ たけのこの煮物 漬物 味噌汁	ごはん 野菜炒め じゃが芋のコーンクリーム煮 しらす生姜 味噌汁	ごはん 半平の煮物 彩り酢の物 ふりかけ 味噌汁			
昼食	散らし寿司 高野豆腐の煮物 吸い物	ごはん トンテキ風 青梗菜の煮びたし オクラとしらすの和え物 味噌汁	冷やし中華 肉団子の甘辛焼き 切干大根のナムル	ごはん 豚カツ 小松菜の煮物 冷奴 味噌汁			
夕食	ごはん チキンとマカロニのソテー かぼちゃの洋風煮 えびとブロッコリーのサラダ 味噌汁	ごはん あじのゆかり揚げ 貝たくさん金平 和風大根サラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉の照焼 大根の煮物 インゲンの辛子和え 味噌汁	ごはん カレイのごま味噌かけ 白菜の炒め物 胡瓜の梅おかか和え 吸い物			