

7月献立

月	火	水	木	金
7月3日 カレイの甘酢あんかけ 鶏肉の胡麻マヨソース 餃子のスープ煮 青梗菜とコーンの和え物	7月4日 エビカツ ブロッコリーのベッパ―炒め 里芋のチリビーンズソース 大根のさっぱりサラダ	7月5日 鶏のから揚げ 大根のさっぱりサラダ マカロニのカレー煮込み 小松菜の胡麻和え	7月6日 トマトソースのチーズハンバーグ 南瓜のサラダ コロケ ほうれん草のコーンソース	7月7日 和風カツの卵とじ ピリ辛こんにゃく 野菜と厚揚げの白味噌あんかけ 小松菜ときのこの旨だれ和え
7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日
焼肉 キャベツの塩レモン和え たらこスパゲティ ひじきと枝豆の炒め煮	カレイのバターポン酢きのこあん レンコンの炒めなます 豆腐ハンバーグの明太マヨソース 菜の花のピーナッツ和え	牛バラの味噌炒め 揚げ出し豆腐の生姜あん ポトフ風 ほうれん草とコーンのソテー	豚肉の生姜焼き 野菜炒め ミートスパゲティ 小松菜とツナのサラダ	チキンカツの梅マヨソース マカロニのオーロラサラダ はんぺんのピザ風焼き ほうれん草のわさび和え
7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日
	豚肉のマヨソース たけのことこんにゃくの炒め煮 イタリアンスパゲティ 小松菜とかにかまの煮浸し	チキン南蛮宮崎風 大根のあんがらめ たらこスパゲティ ひじきの煮物	白身魚のパイタン鯛風 れんこんとさつま芋の甘辛炒め 厚揚げのよだれ鶏ソース ひじきとえのきの中華和え	たらフライのタルタルソース 蓮根とベーコンのマスタード炒め ミートボールのカレー煮込み 白菜の和え物
7月24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日
カレイの明太マヨソース 揚げ茄子のわさび味噌あん キャベツと枝豆の卵とじ 里芋とじゃが芋のとも和え	豆腐ハンバーグ和風きのこソース ポテトサラダ 大根の味噌そぼろあん もやしの胡麻酢和え	さっぱりトマトのポークソテー マカロニの南瓜クリーム煮 肉団子のデミグラスソースかけ 彩りマッシュポテト	ニンニク香る鮭のバター醤油焼き 揚げ出し豆腐の生姜あん ミニ焼きそば 白菜のあっさり和え	赤魚の揚げ煮 和風ポテトサラダ 肉団子と野菜の塩煮 味噌卵の花
7月31日				
サバのチリソース お麩と青梗菜の中華あん マカロニのチーズトッポギ風 白菜の中華和え				