

月間献立表

基本献立

2024年7月

区分	07/01(月)	07/02(火)	07/03(水)	07/04(木)	07/05(金)	07/06(土)	07/07(日)
朝食	姫ごうやの炊き合せ(4407) いんげんのピーナッツ和え(5440)	ポイルドウィンナー(4822) ブロッコリーのおからサラダ(7827)	京合せ(4419) 小松菜のおかか和え(5439)	大豆とソーセージのトマト煮込み(6507) ツナマカロニサラダ(7851)	三色いなり(4512) いんげんのごま和え(5416)	ブレンオムレツ(4211) いかと赤ピーマンのマリネ(7825)	大豆とじゃこの煮物(4449) 大根の友禅和え(7520)
昼食	鶏の唐揚げ白酢ソース(3702) かぼちゃ煮(4413) 人参とひじきの白和え(5404)	シルバーの蒲焼き(911) きんぴらごぼう(4436) 鶏と菜の花の和え物(7518)	マイルドビーフカレー(421) ハムとキャベツのマリネ(7822) アロエフルーツミックス(8101)	照焼き豆腐ハンバーグ(706) 貝と根菜の五目煮(6508) ほうれん草の三色和え(5442)	黄金ガレイのおろし煮(1020) じゃが芋コロッケ(4545) 春菊のナムル(5433)	バーベキューチキン(3414) ほうれん草とベーコンのソテー(6307) かぼちゃサラダ(7905)	メンチカツ(3106) じゃが芋のコンソメ煮(4414) コールスローサラダ(7809)
夕食	イワシ生姜煮(1002) 茄子のおろし煮(4531) わかめとえびのサラダ(7815)	牛肉と筍のオイスターソース炒め(2603) 大豆五目煮(4427) おくらとコーンのツナ和え(7828)	鶏肉の炭火焼き風(3509) がんもの含め煮(4410) 春菊といかのぬた(7702)	アジの揚げ浸し(933) 厚焼き玉子(4216) 白菜の柚子香和え(7427)	豚肉の生姜焼き(2801) 茄子の炒め煮(4424) キャベツの蒸し鶏サラダ(7829)	サバの甘酢あんかけ(869) ひじき煮(4528) 小松菜の柚子和え(5443)	鶏肉の香味ソース(3514) のりだし巻玉子(4215) おくらのおかか和え(5423)
区分	07/08(月)	07/09(火)	07/10(水)	07/11(木)	07/12(金)	07/13(土)	07/14(日)
朝食	がんものみぞれ煮(6505) 小松菜の錦和え(7519)	大豆のクリーム煮(4542) 大根サラダ(7841)	山芋の鶏そぼろあんかけ(4543) 白菜の和え物(7522)	アンサンブルエッグ(4223) ピーズサラダ(7910)	ふつら高野の合せ煮(4446) 菜の花のおかか和え(5408)	ラトウイユ(4546) ごぼうの辛子マヨ和え(5426)	豆腐の肉そぼろあんかけ(6410) 菜の花のごまよこし(5407)
昼食	親子丼(321) さつま芋と昆布の煮物(4469) ほうれん草のごま和え(7531)	豚肉と野菜の黒酢あん(3303) かに風味焼売(4604) 菜の花の白和え(7401)	肉じゃが「牛」(2302) 厚焼き玉子(4216) ほうれん草とマ「ロ」の和え物(7408)	鶏肉のねぎ塩だれ(3418) 鰯と油揚げの煮物(4420) 小松菜とじゃこの和え物(5414)	和風ハンバーグ(4112) さつま芋のレモン煮(4462) いんげんと竹輪の和え物(7521)	サバの揚げ煮(1406) 大根きんぴら(5010) 青菜とサケの焼浸し(5437)	鶏の唐揚げ(3701) ふんわり玉子のえびあんかけ(6412) 大根とかにかまの酢物(7609)
夕食	プリの照焼き(851) やみつきピーマン(4539) マカロニサラダ(7850)	アジの味噌煮(934) 麻婆春雨(5016) ごぼうサラダ(7806)	鶏のおろし煮(3510) れんこんきんぴら(4486) 春菊のごま和え(7410)	たらカツ・タルタルソース(1419) ビーフ炒め(5021) シーチキンサラダ(7804)	豚肉と舞茸の「ターボ」酢風味炒め(2814) じゃが芋のコンソメ煮(4527) おからのマヨサラダ(7830)	厚揚げの五目炒め(3807) 炒り鶏(4487) 冬瓜の冷やし鉢(8003)	豚肉の梅生妻焼き(2813) 水餃子(4519) 茄子のお浸し(4602)
区分	07/15(月)	07/16(火)	07/17(水)	07/18(木)	07/19(金)	07/20(土)	07/21(日)
朝食	桜えびしんじょ炊き合せ(4430) チンゲン菜のしらす和え(5452)	大豆のコンソメ煮(4425) カリフラワーのマリネ(7856)	炒り豆腐(4473) ブロッコリーのおかか和え(5466)	スクランブルエッグ(612) スパゲティサラダ(7901)	京合せ(4419) 小松菜のおかか和え(5439)	マカロニマトリソテー(5097) いかと赤ピーマンのマリネ(7825)	焼き豆腐の煮奴(4472) 小松菜のピーナッツ和え(7524)
昼食	プリのしぐれ煮(868) さつま芋の彩り煮(4455) ほうれん草のお浸し(5446)	夏メニュー 冷やし中華 杏仁豆腐	鶏肉と根菜の甘辛生姜煮(3515) 三色ピーマンとじゃこの当座煮(4438) おくらとコーンのツナ和え(7828)	ポークカレー(414) 中華トイサラダ(7906) フルーツミックス(8503)	アジの唐揚げ黒酢あん(838) 厚焼き玉子(4216) 大根とさきみの和え物(7831)	アカウオの煮付け(1014) 青菜と貝柱の塩炒め(5029) うぐいす豆(4485)	サバの味噌煮(1021) 変わりだし巻玉子(4227) キャベツのしらす和え(7527)
夕食	ハンバーグマトリソース(4006) 和風スパゲティ(5098) シーザーサラダ(7904)	サーモンフライ(3707) 焼豚ソテー(5012) 菜の花サラダ(7803)	ブルコギ風(2613) 筍と鰯の炊き合せ(4491) 春菊といかのぬた(7702)	サワラのバター醤油風味焼き(905) 白菜とミンチの中華炒め(5033) 昆布豆(4484)	牛しぐれ煮(2307) 里芋のごま味噌煮(4451) いんげんのピーナッツ和え(5440)	鶏肉のクリーム煮(3504) ほうれん草とベーコンのソテー(6307) かぼちゃサラダ(7905)	ヒレカツ(3108) 茄子のおろし煮(4531) 菜の花のくすみ和え(5465)
区分	07/22(月)	07/23(火)	07/24(水)	07/25(木)	07/26(金)	07/27(土)	07/28(日)
朝食	三色いなり(4512) 春菊のお浸し(7502)	大豆とソーセージのトマト煮込み(6507) いんげんのツナマヨ和え(7902)	かにかまオムレツ(4228) キャベツのぬた(7530)	白菜とあさりのクリーム煮(4544) ブロッコリーサラダ(7842)	厚揚げのおかか煮(4471) チンゲン菜とかにかまの和え物(5401)	ラトウイユ(4546) ハムとキャベツのマリネ(7822)	枝豆腐炊き合せ(704) いんげんのごま和え(5416)
昼食	牛肉と厚揚げ煮(2306) 冬瓜のかに風味あんかけ(4463) 大根なます(7624)	ミックスフライ(3710) ジャーマンポテト(5032) コールスローサラダ(7809)	カラフトマスの塩焼き(835) 姫ごうやの炊き合せ(4407) ほうれん草のごま和え(7531)	縞ホッケの柚庵焼き(902) ビーフ炒め(5021) ごぼうサラダ(7806)	グリルチキン(3415) じゃが芋のコンソメ煮(4414) わかめとえびのサラダ(7815)	土用の丑の日メニュー うな丼	豚肉の中華風味炒め(2809) 筍土佐煮(4404) 白菜の柚子香和え(7427)
夕食	プリの利休焼き(938) 豚肉と里芋の煮物(4467) おくらのおかか和え(5423)	鶏のさっぱり煮(3505) ひじき煮(4528) 青菜とかまぼこの和え物(7516)	やわらか鶏つくね煮(3506) けんちん煮(6004) マカロニサラダ(7850)	豚しゃぶ(香味玉葱ソース)(3002) かに風味焼売(4604) 小松菜とじゃこの和え物(5414)	サバの照焼き(829) かぼちゃのそぼろ煮(4431) 菜の花の辛子和え(7832)	アジの梅煮(1013) 筑前煮(3901) ほうれん草のピーナッツ和え(5420)	チキン南蛮タルタルソース(3516) 大根きんぴら(5010) 冬瓜の冷やし鉢(8003)
区分	07/29(月)	07/30(火)	07/31(水)				
朝食	がんものみぞれ煮(6505) 鶏と菜の花の和え物(7518)	ポイルドウィンナー(4822) 大根サラダ(7841)	豆腐の野菜あんかけ(6007) 菜の花のごまよこし(5407)				
昼食	イカフリッターの酢豚風味炒め(859) 水餃子(4519) 春菊のナムル(5433)	チキンカレー(404) オニオンサラダ(7852) アロエフルーツミックス(8101)	サバの竜田揚げ(1407) やみつきピーマン(4539) 白菜の和え物(7522)				
夕食	ジュシーハンバーグ(4007) じゃが芋のコンソメ煮(4527) キャベツのフレンチ風サラダ(7858)	カラフトマスのバター醤油風味焼き(1004) 麻婆春雨(5016) ほうれん草の三色和え(5442)	厚揚げと牛ミンチの甘辛煮(2309) 茄子の炒め煮(4424) 鶏肉のみぞれ和え(5425)				