

令和 6 年度 7 月実施献立

☆今月のめあて… 暑さに負けない食事をしよう

7月1日(月)		7月2日(火)		7月3日(水)		7月4日(木)		7月5日(金)	
									
主食	星空舞ご飯	主食	星空舞ご飯	主食	星空舞ご飯	主食	米粉パン	主食	星空舞ご飯
主菜	かぼちゃ コロッケ	主菜	いわしの梅煮	主菜	鶏肉の キムチから揚げ	主菜	フランクフルト	主菜	キラキラ星の ハンバーグ
副菜	春雨スープ チンジャオロース	副菜	新じゃがのみそ汁 ごま酢和え	副菜	あご竹輪のすまし汁 きのこのしょうが炒め	副菜	わかめとアスパラのスープ 焼きそば	副菜	天の川そうめん汁 三色和え
その他		その他		その他		その他		その他	キラキラ餅
7月8日(月)		7月9日(火)		7月10日(水)		7月11日(木)		7月12日(金)	
									
主食	ご飯	主食	梅ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	あごのかば焼き	主菜	鶏肉の金山寺 みそ焼き	主菜	さわらの薬味だれかけ	主菜	オムレツ	主菜	白身魚の香草焼き
副菜	なすのみそ汁 切干大根のサラダ	副菜	高野豆腐の煮物 フルーツポンチ	副菜	豆腐のみそ汁 しめじのごまサラダ	副菜	ミネストローネ コールスロー	副菜	夏野菜カレー グリーンサラダ
その他		その他		その他		その他		その他	
7月15日(月)		7月16日(火)		7月17日(水)		7月18日(木)		7月19日(金)	
									
主食		主食	キムタクご飯	主食	ご飯	主食	ブルパン	主食	わかめご飯
主菜		主菜	豚肉の しょうが焼き	主菜	メンチカツ	主菜	鶏肉の プロバンス風	主菜	鮭のコーン焼き
副菜		副菜	豆腐とわかめのすまし汁 かわりきんぴら	副菜	なすとしめじのスープ キャベツのサラダ	副菜	サンジェルマンスープ フレンチサラダ	副菜	かきたま汁 たこときゅうりのサラダ
その他		その他		その他		その他	ブラマンジェ風デザート	その他	