

令和 7 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(火)		7月2日(水)		7月3日(木)		7月4日(金)	
									
主食		主食	ご飯	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜		主菜	トンテキ	主菜	鶏肉の キムチから揚げ	主菜	スティック ドック	主菜	さばの 塩こうじ焼き
副菜		副菜	盆汁 ひじきの炒り煮	副菜	新じゃがのみそ汁 キャベツのサラダ	副菜	野菜スープ 焼きそば	副菜	豆腐のすまし汁 じゃがいものごま和え
その他		その他		その他		その他		その他	
7月7日(月)		7月8日(火)		7月9日(水)		7月10日(木)		7月11日(金)	
									
主食	星空舞ご飯	主食	星空舞わかめご飯	主食	星空舞ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	星空舞ご飯
主菜	星のコロッケ	主菜	ほうれん草 オムレツ	主菜	白身魚フライ	主菜	星のハンバーグ	主菜	鮭のコーン焼き
副菜	天の川そうめん汁 三色和え	副菜	星のスープ たこときゅうりの サラダ	副菜	ゆばのすまし汁 はるさめサラダ	副菜	ミネストローネ コールスロー	副菜	たまねぎのみそ汁 もやしのナムル
その他	七夕ゼリー	その他		その他		その他		その他	
7月14日(月)		7月15日(火)		7月16日(水)		7月17日(木)		7月18日(金)	
									
主食	ご飯	主食	海南鶏飯 (アジア風チキンライス)	主食	ご飯	主食	大山小麦コッペパン	主食	ご飯
主菜	ハムカツ	主菜	蒸し鶏	主菜	あごのかば焼き	主菜	フランクフルト	主菜	マーボー豆腐
副菜	夏野菜カレー らっきょうサラダ	副菜	ビーフンスープ 付け合わせ野菜	副菜	大江卵のふわふわスープ しめじのごまサラダ	副菜	きのこのコンソメスープ ジャーマンポテト	副菜	もずくスープ コーンサラダ
その他		その他		その他		その他	いちごジャム	その他	