

献立カレンダー 令和 7 年 7 月

月		火	水	木	金	土
昼食		1 焼肉丼 もやしスープ 果物	2 御飯 高野豆腐の卵とじ 甘酢漬け 果物	3 御飯 魚の和風マリネ わかめのみそ汁 果物	4 自由献立	5 七夕そうめん 厚揚げの含め煮
	3 時	ミルク チーズドーナツ	ミルク パンナコッタ黄桃ソース	ミルク ピザトースト		菓子 果物
昼食		7 御飯 五目汁 焼きししゃも ごま和え	8 肉みそあんかけ丼 えのきたけのすまし汁 果物	9 御飯 チャンプルー 華風スープ 果物	10 御飯 魚の照り焼き なます なすのみそ汁	11 パン タンドリーチキン 付け合せ レタススープ
	3 時	ミルク カルピスゼリー せんべい	ミルク お好み焼き	ミルク 米粉甘納豆蒸しパン	お茶 大学かぼちゃ	ミルク ロッククッキー
昼食		14 御飯 ミネストラスープ ボイルウインナー ツナサラダ	15 ひじき御飯 切干大根の炒め煮 豆腐のみそ汁	16 御飯 豚肉のしゃぶしゃぶサラダ ごぼうスープ 果物	17 御飯 魚のコーンフ레이크揚げ ゆでキャベツ マカロニスープ	18 御飯 挽肉のコーン蒸し 付け合せ 冬瓜のすまし汁
	3 時	ミルク バナナホットケーキ	ミルク フルーツヨーグルト	ミルク とうもろこし 菓子	ミルク キャロットジャムサンド	ミルク ポテトもち
昼食		21 海の日	22 自由献立	23 パン なすとポテトのミートソースグラタン 野菜スープ 果物	24 御飯 魚のムニエル キャベツのマリネ 豆乳スープ	25 御飯 若鶏のから揚げ 付け合せ 麩のすまし汁
	3 時			ミルク 枝豆 菓子	ミルク ピーチケーキ	ミルク ごまだれ団子
昼食		28 御飯 豚肉と冬瓜のごまみそ煮 和え物 果物	29 夏野菜のカレーライス パプリカのサラダ 果物	30 御飯 マーボー豆腐 中華風サラダ 果物	31 御飯 魚の香味焼き 夏野菜の炊き合わせ なめこのみそ汁	
	3 時	ミルク ロシアンクッキー	ミルク グレープゼリー 菓子	ミルク ラスク	ミルク アイスクリーム ウエハース	
昼食						
	3 時					