

祭 7月の献立 祭

期 間:2026/7/1~2026/7/31

(注)食材の入荷都合で献立が変わることがあります。

	日 21	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27
朝食							
昼食							
夕食							
おやつ							
	28	29	30	1	2	3	4
朝食				ロールパン コンソメスープ キャベツソテー いちごジャム 牛乳	ご飯 味噌汁 大根旨煮 のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切干大根の煮付け 鯛みそ 牛乳
昼食				ご飯 中華スープ 八宝菜 青菜の炒め煮 バナナ	枝豆ごはん 茶碗蒸し 鮭の幽庵焼き マカロニサラダ 白桃	ご飯 味噌汁 鶏肉の有馬焼き ピーマンのツナ炒め オレンジ	ご飯 わかめスープ カニ玉 れんこんの煮物 りんご
夕食				ご飯 味噌汁 鶏のおろし煮 きのこソテー オクラおかか和え たい焼き	ご飯 味噌汁 餃子の野菜あんかけ ビーフンソテー 白菜のおかか和え 水ようかん	ご飯 味噌汁 タラのマヨネーズ焼き 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのピーナッツ和え プリン	ご飯 味噌汁 鶏肉のクリーム煮 かぼちゃの煮物 いんげんの胡麻和え バナナケーキ
おやつ							
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯 味噌汁 細切り昆布煮 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ちくわきんぴら ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜大豆煮 のり佃煮 牛乳	ロールパン ミネストローネ ほうれん草ソテー ピーナッツクリーム 牛乳	ご飯 味噌汁 里芋の煮物 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白はんぺんの煮物 鯛みそ 牛乳	ご飯 味噌汁 煮奴 ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 白身フライ 冬瓜水晶煮 バナナ	ご飯 コンソメスープ ほうれん草のキッシュ 温野菜のサラダ オレンジ	七夕そうめん ポテトコロッケ いんげんのツナ炒め パイン	ご飯 中華スープ 豚キムチ ナムル バナナ	ご飯 味噌汁 ブリの照り煮 チンゲン菜とちくわの炒め煮 オレンジ	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 しゅうまい りんご	キーマカレー いんげんサラダ ジョア フルーツポンチ
夕食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 大根の煮物 小松菜のおひたし	ご飯 味噌汁 魚の香草パン粉焼き ぜんまい炒め煮 オクラなめこ和え	ご飯 味噌汁 肉団子煮 金平ポテト カリフラワーのドレッシング和え	ご飯 味噌汁 筑前煮 なすの煮物 もずく酢	菜飯 すまし汁 豚肉とキャベツのみそ炒め 冬瓜水晶煮 煮豆	ご飯 味噌汁 サバの煮付け ピーマンの炒め物 ポテトサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の中華煮 きんぴらごぼう 大根の酢の物 蒸しパン
おやつ	バームクーヘン	スイスロール	七夕ゼリー	カップケーキ	ドーナツ	コーヒゼリー	

7月の献立

期 間:2026/7/1~2026/7/31

(注)食材の入荷都合で献立が変わることがあります。

	日 12	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18
朝食	ご飯 味噌汁 白菜と麩の煮浸し のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 生麩のうま煮 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 ねり梅 牛乳	ロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ りんごジャム 牛乳	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 鯛みそ 牛乳	ご飯 味噌汁 チンゲン菜の煮浸し のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 里芋の煮物 ふりかけ 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 アジの南蛮漬 厚揚げの味噌炒め バナナ	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグのお好み焼き風 小松菜ごま和え オレンジ	ご飯 味噌汁 白菜とエビの中華煮 春雨サラダ りんご	ご飯 コンソメスープ ポークビーンズ 大根サラダ バナナ	ご飯 味噌汁 鶏照り焼き 里芋の煮物 キウイフルーツ	ご飯 味噌汁 豚吉野煮 きのこ菜の花の炒め物 りんご	炊き込みごはん 茶碗蒸し 味噌かつ がんもの煮物 ほうれん草のおひたし オレンジ
夕食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉ケチャップ煮 ひじきの煮物 ブロッコリーのサラダ おもてなし	ご飯 味噌汁 豚しょうが炒め 大根の炒め煮 菜花のからし和え シュークリーム	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の旨煮 さつまいも甘煮 キャベツの塩昆布和え まんじゅう	ゆかりごはん 味噌汁 あじの南部焼き 小松菜の煮浸し マカロニサラダ フルーチェ	ご飯 すまし汁 肉味噌豆腐 白菜の煮浸し カリフラワーの磯和え バームクーヘン	ご飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ なすの煮物 インゲンの生姜醤油和え 蒸しパン	ご飯 中華スープ 肉団子の酢豚風 かぼちゃのいとこ煮 春雨サラダ プリン
朝食	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ご飯 味噌汁 切干大根の煮付け ねり梅 牛乳	ご飯 味噌汁 細切り昆布煮 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白はんぺんの煮物 鯛みそ 牛乳	ロールパン 野菜スープ ウインナー炒め チョコレートクリーム 牛乳	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜の煮浸し のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 さつまいもの煮物 ねり梅 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 魚の磯辺焼き ピーマンのツナ炒め バナナ	ご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐 焼きビーフン りんご	ご飯 すまし汁 サバの味噌煮 小松菜からし和え オレンジ	ご飯 味噌汁 鶏肉の胡麻風味焼き チンゲン菜炒め煮 バナナ	焼きそば 味噌汁 メンチカツ カリフラワーのごま和え マンゴー	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の炒め物 なすの煮物 りんご	ご飯 味噌汁 おろしハンバーグ キャベツのサラダ オレンジ
夕食	ご飯 味噌汁 他人煮 じゃがいもの煮物 オクラおかか和え くりまんじゅう	ご飯 味噌汁 炒り鶏 ぜんまい炒め煮 いんげんサラダ 黒糖ゼリー	ご飯 味噌汁 豚肉トマト煮 大根の煮物 ブロッコリーのサラダ アイスクリーム	ご飯 味噌汁 タラのおろし煮 生揚げの高菜炒め 長いも梅肉和え カップケーキ	ご飯 野菜スープ ミートローフ 冬瓜水晶煮 菜花とコーンのサラダ 水ようかん	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 山菜スパ ブロッコリーのピーナツ和え 蒸しパン	ご飯 味噌汁 肉豆腐 里芋の煮物 煮豆 コーヒーゼリー
朝食	26	27	28	29	30	31	1
朝食	ご飯 味噌汁 切干大根の煮付け ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 煮奴 鯛みそ 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 ふりかけ 牛乳	ロールパン コンソメスープ マカロニサラダ いちごジャム 牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 のり佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 チンゲン菜炒め煮 ふりかけ 牛乳	
昼食	うなぎ丼 すまし汁 いんげんごま和え 洋なし	ご飯 コンソメスープ ブロッコリーのキッシュ 大根サラダ りんご	ハヤシライス コールスローサラダ ヤクルト フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 チキンカツ チンゲン菜の生姜炒め バナナ	[共通料理] ご飯 味噌汁 冬瓜水晶煮 パイン [A] 魚のタルタル焼き [B] 鶏のタルタル焼き	ご飯 コンソメスープ 豚のマスタード炒め カリフラワーのスープ煮 オレンジ	
夕食	ご飯 味噌汁 卵の袋煮 かぼちゃそぼろ煮 もやしのごま和え ココアムース	ご飯 味噌汁 鶏肉白菜炒め煮 雷こんにゃく オクラおろし和え ドーナツ	ご飯 味噌汁 サバのみぞれ煮 じゃが芋炒め煮 まめサラダ もみじまんじゅう	ご飯 すまし汁 豚肉と野菜の味噌煮 細切り昆布煮 白菜梅和え ももゼリー	ご飯 味噌汁 あんかけ豆腐 焼きビーフン もずく酢 フルーチェ	ご飯 すまし汁 サケのちゃんちゃん焼き風 さつまいも甘煮 ブロッコリーのサラダ 蒸しパン	

命

セ
レ
ク
ト

