

7月 令和7年7月 予定献立表

※仕入状況により、メニューを変更する場合があります。

朝食		1日(火曜日)	2日(水曜日)	3日(木曜日)	4日(金曜日)	5日(土曜日)
ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー スモークチキンブロッコリーサラダ		ご飯 みそ汁 ほうれん草と豆腐の肉そぼろ炒め カニカマ天ぷら	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 ツナ玉天津	ご飯 みそ汁 からし菜炒め チーズハンバーグ デミソース	ご飯 みそ汁 豚すき煮 カニカマ天津	
ご飯 みそ汁 豚肉大根煮 エビチリ インゲン胡麻和え		ご飯 みそ汁 チキンエローカレー ホタテフライ	ジューシー みそ汁 豚肉千切り大根煮 チキンナゲット 卵の花	ご飯 みそ汁 豚肉白菜煮 サーモンフライ 人参しりしり炒め	ご飯 みそ汁 豚肉とキャベツの塩ガーリック炒め 鯖味噌煮 厚揚げ豆腐煮浸し	

朝食	6日(日曜日)	7日(月曜日)	8日(火曜日)	9日(水曜日)	10日(木曜日)	11日(金曜日)	12日(土曜日)
玉子サンドイッチ マッシュルームクリームスープ ミートスパゲティー カニカマブロッコリーサラダ	ご飯 みそ汁 厚揚げ豆腐と茄子の煮浸し ハンバーグ デミソース	ご飯 みそ汁 甘辛肉そぼろ玉子とじ 茄子のおろしそばん酢	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 ツナ玉天津	ご飯 みそ汁 ポークチャップ ツナブロッコリーサラダ	ご飯 みそ汁 ツナゴーヤーチャンプルー ハンバーグ デミソース	ご飯 みそ汁 ポークチングン菜炒め 千切りイリチー	
ご飯 みそ汁 鶏肉大根煮 赤魚煮つけ ひじき煮	ご飯 みそ汁 チキンクリームシチュー エビマヨ ツナブロッコリー玉子炒め	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー チーズハンバーグ 卵の花	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー カニカマ天ぷら ミックスベジタブルソテー	フーチバージューシー 玉子みそ汁 豚肉千切りイリチー <sup>チキンの豆トマト煮</sup> 鯖味噌煮 オクラの梅肉和え	ご飯 みそ汁 チキンの豆トマト煮 白身魚フライ オクラの梅肉和え	ご飯 みそ汁 鶏むねから揚げ ツナと菜の花の玉子炒め かぼちゃ煮	
ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー かぼちゃコロッケ ミックスベジタブルソテー	ご飯 みそ汁 ツナニラ豆腐炒め チキンカツフライ ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 からし菜炒め 白身魚フライ さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 里芋鶏そぼろ煮 きんぴらごぼう 厚揚げ豆腐煮浸し	ご飯 みそ汁 回鍋肉 チキンナゲットハニーマスターードソース ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚肉生姜焼 ツナと小松菜炒め 大豆煮	ご飯 みそ汁 マーミナーチャンプルー ムキエビとブロッコリー炒め インゲン胡麻和え	

朝食	13日(日曜日)	14日(月曜日)	15日(火曜日)	16日(水曜日)	17日(木曜日)	18日(金曜日)	19日(土曜日)
玉子サンドイッチ マッシュルームクリームスープ マカロニミートソース ベーコン洋風野菜サラダ	ご飯 みそ汁 豚肉野菜中華炒め ベーコンと洋風野菜の胡麻ドレサラダ	ご飯 みそ汁 チキンパンプキンシチュー ツナ人参与ピーマン塩炒め	ご飯 みそ汁 チンゲン菜のコンビーフ炒め チキンマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 人参しりしり炒め	ご飯 みそ汁 人参とカイワレ菜のツナ炒め 揚げシユーマイ甘酢あん	ご飯 みそ汁 親子とじ ツナと洋風野菜のサラダ	
ご飯 みそ汁 鶏肉大根煮 ホタテフライタルタルソース きのこサラダ	ご飯 みそ汁 チキンケチャップ煮 からし菜炒め ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚バラ冬瓜煮 鶏肉豆腐ハンバーグ さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 海老豆腐 人参しりしり炒め プロコリーツナ和え	ご飯 みそ汁 チキンナゲットバーベキュースース からし菜炒め トマトサラダ	ご飯 みそ汁 チキンクリーム煮 カニカマ天ぷら 菜の花しらす和え	ご飯 みそ汁 豚肉生姜焼 ツナパプリカ炒め 卵の花	
ご飯 みそ汁 じやが芋肉そぼろ煮 ツナゴーヤー和え きんぴらごぼう	ご飯 みそ汁 ツナと小松菜の豆腐炒め 揚げギョーザおろしそばん酢 ブロッコリーおかか和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー ササミチーズフライ インゲン胡麻和え	ご飯 みそ汁 メンチカツ ツナピーマン炒め きのこサラダ	ご飯 みそ汁 ガーリックチキン ブロッコリーとしめじのツナ炒め ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 麻婆豆腐 小松菜とうす揚げ煮浸し かぼちゃ煮	ご飯 みそ汁 肉野菜炒め 芋煮 大豆煮	

朝食	20日(日曜日)	21日(月曜日)	22日(火曜日)	23日(水曜日)	24日(木曜日)	25日(金曜日)	26日(土曜日)
ご飯 みそ汁 コンビーフと野菜の玉子とじ チキンマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 鶏大根煮 冷奴おろしそばん酢	ご飯 みそ汁 鶏肉と菜の花のクリーム煮 ツナとほうれん草の玉子とじ	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 おろしそば	ご飯 みそ汁 ソーメンチャンプルー ベーコン洋風野菜のシーザーサラダ	ご飯 みそ汁 チキンケチャップ煮 ゴーヤーチャンプルー	ご飯 みそ汁 ツナとほうれん草の玉子とじ ベーコンマカロニサラダ	
ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー 肉団子ケチャップ煮 きんぴらごぼう	ご飯 みそ汁 豚バラとキャベツの味噌炒め イカ野菜フライ ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚バラからし菜炒め 白身魚フライ しめじと胡瓜の胡麻和え	ご飯 みそ汁 鶏肉とキャベツのクリーム煮 ホタテフライ 卵の花	ご飯 みそ汁 レタスタコミート 人参しりしり炒め ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚バラ冬瓜煮 野菜天ぷら 菜の花ツナ和え	ご飯 みそ汁 ポーク野菜炒め 鶏むねから揚げ南蛮 ツナゴーヤー和え	
ご飯 みそ汁 カレーコロッケ 千切りイリチー <sup>チキン</sup> ひじき煮	ご飯 みそ汁 チングン菜の肉そぼろ炒め 鯖照り煮 しめじと人参のナムル	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー 揚げギョーザおろしそばん酢 ほうれん草白和え	ご飯 みそ汁 肉豆腐 ムキエビのブロッコリー炒め さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 豚バラとたけのこのオイスターソース炒め 厚揚げの豆腐の煮浸し オクラ梅おかげ和え	ご飯 みそ汁 チキンカレー かぼちゃコロッケ 小松菜煮浸し	ご飯 みそ汁 チキンカレー <sup>チキン</sup> チングヤオロースー <sup>チングヤオロースー</sup> 揚げシユーマイおろしそばん酢 ブロッコリーツナ和え	

朝食	27日(日曜日)	28日(月曜日)	29日(火曜日)	30日(水曜日)	31日(木曜日)	
玉子サンドイッチ オニオンスープ キャベツとベーコンのガーリックパスタ ツナと洋風野菜サラダ	ご飯 みそ汁 人参しりしり炒め 豚肉生姜焼	ご飯 みそ汁 小松菜とコンビーフの玉子とじ ツナ豆腐炒め	ご飯 みそ汁 鶏肉とほうれん草のコーンクリームシチュー 洋風野菜サラダ	ご飯 みそ汁 ツナ冬瓜煮 ベーコンと洋風野菜のシーザーサラダ		
ご飯 みそ汁 フーチキナー炒め ササミチーズ揚げ ほうれん草胡麻和え	ご飯 みそ汁 もぐくと肉そぼろ炒め カニカマ天ぷら 卯の花	ご飯 みそ汁 豚バラゴーヤー炒め ハンバーグケチャップ煮 さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 豚すき煮 揚げギョーザ甘酢あんかけ ピーマンと人参のきんぴら	ご飯 みそ汁 鶏肉とゴーヤの塩炒め カニカマ天ぷら 卯の花		
ご飯 みそ汁 豆腐とひき肉の甘辛醤油炒め ツナパプリカ炒め ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 チキンケチャップ煮 ホタテフライ マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 白菜肉そぼろ煮 ほうれん草のベーコン炒め ミックスベジタブルソテー	ご飯 みそ汁 麻婆茄子 揚げハンバーグケチャップソース プロコリーソテー	ご飯 みそ汁 白麻婆豆腐 人参しりしり炒め ポテトサラダ		

