

令和6年7月

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
マーボー豆腐丼 もやしのナムル ベイクドポテト オレンジ	ご飯 カレイの味噌煮 磯香和え うどん汁 バナナ	パン イタリアンミートボール ひじきのツナサラダ かぼちやの豆乳汁 オレンジ	ご飯 飛び魚のパン粉焼き ごぼうサラダ なめこ汁 バナナ	昆布おにぎり 七夕そうめん ささみの天ぷら きゅうりの中華漬け ぶどう
ヨーグルト蒸しパン 牛乳	ココアのちんすこう 牛乳	おこわ風おにぎり お茶	米粉のさつまいもドーナツ 牛乳	七夕ゼリー ミニスコーン・牛乳
				
8	9	10	11	12
ハヤシライス きゅうりのゆかり和え 切干大根の煮物 すいか	ご飯 さばのごま味噌焼き キャベツのおかか和え 冬瓜汁 ぶどう	混ぜいなり寿司 鮭の照り焼き 春雨の酢の物 麩の味噌汁 オレンジ	ご飯 厚揚げと豚肉の旨煮 そうめん瓜のマヨサラダ きのこの味噌汁 ぶどう	パン 鶏肉のマーマレード焼き じゃがいもきんぴら ミネストローネ バナナ
わらびもち 牛乳	卵パン 牛乳	ほうれん草クッキー 牛乳	カナッペ 飲むヨーグルト	梅ひじきおにぎり お茶
				
15	16	17	18	19
海の日	ご飯 厚揚げの酢豚風 オクラのサラダ 中華風スープ ぶどう コーンマフィン 牛乳	トマトチキンカレー さっぱり塩サラダ フライドポテト すいか フルーツゼリー のりごまクッキー・牛乳	わかめご飯 カレイのコロコロ揚げ 切干大根の梅昆布和え どさんこ汁 オレンジ きなこトースト 牛乳	パン ハンバーグ かぼちやのサラダ コンソメスープ バナナ カルシウムおにぎり お茶
				
22	23	24	25	26
親子丼ぶり ハリハリサラダ かぼちやの煮物 バナナ 麩の青のりスナック 牛乳	ご飯 鶏つくねの梅しそ風味 きゅうりとトマトの甘酢和え 豆腐の味噌汁 オレンジ ロッククッキー 牛乳	ゆかりおにぎり 冷やしうどん 冷しゃぶサラダ 厚揚げのチーズ焼き すいか かぼちやのガレット 牛乳	ご飯 あじのごま焼き そうめん瓜の酢の物 かきたま味噌汁 ぶどう ポンデケーション 牛乳	パン なすのミートグラタン ひじきの和風サラダ 野菜スープ オレンジ ツナおにぎり お茶
				
29	30	31		
焼肉丼 焼きししゃも (ひよこ・りす…カレイ) スティック野菜 春雨スープ・オレンジ いも餅ピザ 牛乳	ご飯 鱈の甘酢焼き オクラのごま和え かぼちやの味噌汁 バナナ ハムとチーズの蒸しパン 牛乳	とうもろこしご飯 油淋鶏 きゅうりの昆布和え 青菜の味噌汁 ぶどう ベビーカステラ 牛乳		
				