

7月 予 定 献 立 表

西洋・アジア・和食

		朝食 〔食パン・ロールパン・白米・味噌汁・ふりかけ・漬物・コールスローを含みます〕	昼 食	夕 食 （AかB選択 ,コールスローを含みます）		
				A	B	小鉢
1	月	切干大根煮/おぐらの梅おかか和え	親子丼/小松菜の白和え	回鍋肉	桜海老とじゃこの揚げ出し豆腐	シュウマイ
2	火	ミニハンバーグ/粉ふき芋/納豆	ソースカツ丼/おぐらと三つ葉のわさび醤油和え	牛南蛮焼き	豚肉と厚揚げの煮物	さつま芋レモン煮
3	水	●朝食バイキング●	ポークカレー/切干大根のコールスローサラダ	鯖のキムチマヨ焼き	鯖の塩焼き	白菜のお浸し
4	木	きのこ玉子のソテー/ブロッコリーの塩昆布和え	豚の生姜焼き丼/ひじきと小松菜のお浸し	メンチカツ（カルビ焼肉風味）	肉団子と根菜の黒酢あん	ポテトサラダ
5	金	ツナキャベツ炒め/鶏肉と蓮根のマヨ和え（カレー風味）	チオリソーのペペロンチーノ/ハンバーグ/ゼリー	鶏もも肉の竜田揚げ	筑前煮	わかめともやしのごま塩和え
6	土	高野豆腐煮/なめたけおろし	アジフライピリゴットソース/かぼちゃのそぼろあん	柔らか照り煮チキン	牛すじと大根の煮込み	竹の子の煮浸し
7	日	エリンギ炒め/スパゲティサラダ	グリルチキンカレー風味/海藻サラダ	ササミマヨカツ	鶏塩肉じゃが	和風スクランブル
8	月	ウインナー/ほうれん草のお浸し	冷やしきつねうどん/五目きんぴら/混ぜご飯	豚の生姜焼き	キーマカレーコロッケ	レンコンサラダ
9	火	大根のそぼろあん/香味野菜の青じそ風味/納豆	麻婆豆腐飯/バンサンスー（中華和えもの）	ハンバーグ デミグラスソース	根菜バーグの甘辛照り焼き	たたきごぼう
10	水	ひじきスクランブルエッグ/コーンとブロッコリーの和え	●昼特●鶏唐マヨ温玉丼/オクラ冷奴/味噌汁/デザート	鱈のフリット 生姜ソース	鯖の味噌煮	ピリ辛こんにゃく
11	木	白菜と叉焼の炒め/おぐらのごま和え	チキンカレー/コーンサラダ	鶏胸肉の塩麴唐揚げ	玉子入り京がんもと野菜の煮物	わかめのツナ炒め
12	金	そぼろ肉じゃが/もやしのゆかり和え	叉焼炒飯/いかの中華和え/スープ	山賊焼き	豚バラと豆腐のトマト旨煮	カラフルサラダ
13	土	豆腐とニラのチャンプルー/絹サヤの中華和え	牛肉の柳川煮/叩ききゅうりのごま塩和え	八宝菜	イカと大根の生姜煮	ちくわ天ぷら
14	日	こんにゃくと根菜の煮物/小松菜のピーナツ和え	豚肉の粗挽きペッパー焼き/ポテトの醤油バター風味	豚肉野菜巻きフライ	鶏すき煮豆腐	鶏肉とれんこんのマヨ和え
15	月	かぼちゃの含め煮/しらすおろし	ロールキャベツクリーム煮/照り焼きチキンサラダ	豚キムチ炒め	揚げ餃子の豆板醤ソースかけ	青菜と白菜のポン酢かけ
16	火	オムレツ/和風マカロニサラダ/納豆	1/2日分野菜のピリ辛味噌らーめん/春巻	鶏天	鶏胸肉のクリーム煮	キャベツとコーンの炒め

夕食のメイン（A、B）どちらかが売り切れる場合があります。あらかじめご了承ください。

7月 予 定 献 立 表

西洋・和・アジア・デザート

		朝食 〔食パン・ロールパン・白米・味噌汁・ふりかけ・漬物・コールスローを含みます〕	昼 食	夕 食 （AかB選択 ,コールスローを含みます）		
				A	B	小鉢
17	水	ひじき煮/蓮根の明太子和え	ビーフカレー/ハムとチーズのサラダ	鰯の西京焼き	鯖の生姜煮	焼きそば
18	木	豚挽き肉といんげんの味噌炒め/小松菜の辛子和え	鶏の照り焼き丼/パプリカと大根のピクルス	イタリアンハンバーグ	煮込みハンバーグ	ほうれん草とベーコンのソテー
19	金	ミートボール/ごぼうと人参の和え	ジャコ炒飯/野菜コロッケ/フルーツ	チキンセサミソテー	豚しゃぶピリ辛野菜仕立て	串カツ
20	土	油揚げと大根の煮付け/白菜のお浸し	とんかつ/かぼちゃのサラダ	きんぴら焼肉	豚肉と大根の炒め煮	チリコンカン
21	日	きんぴらごぼう/おくらおろし	肉じゃが/切干大根の柚子胡椒風味	バーベキューチキン	1/2日分の野菜麻婆茄子	マカロニサラダ
22	月	ジャーマンポテト/菜の花のピーナッツ和え	丸天うどん/竹輪の磯部揚げ/混ぜご飯	ぶりの黒胡椒焼き	いかの中華天ぷら薬味ソース	きのこ白滝の炒め
23	火	絹サヤと卵のソテー/白菜と竹輪のごま酢和え/納豆	豚キムチ丼/玉子豆腐	●タ特●チーズチキン スープカレー/大根ミックスサラダ/ジュース		
24	水	ミニハンバーグ/きゅうりとカニカマのマヨ和え	牛丼/ほうれん草のお浸し	大判唐揚げ	蒸し鶏とやわらか大根のきのこあんかけ	白菜とベーコンの炒め
25	木	五目炒り豆腐/小松菜とコーンのじゃこ和え	豚肉の卵とじ丼/ごぼうのピリ辛和え	ハンバーグ 照り焼きソース	和風おろしハンバーグ	里芋とこんにゃくの土佐煮
26	金	チーズオムレツ/蓮根の梅和え	ナポリタン/玉葱サラダ/スープ	鯖のごま照り焼き	いわしと竹輪の蒲焼仕立て	小松菜の白和え
27	土	ほうれん草とマカロニのクリーム煮/わかめとしめじの煮浸し	和風おろし豚焼肉/白身魚フライ	酢鶏	水餃子の五目あん	もやしの胡麻風味和え
28	日	ツナジャガ/ハムとブロッコリーのマヨ和え	ポークデミシチュー/ひじきの胡麻サラダ	グラタンコロッケと豚焼肉	塩豚と根菜のポトフ	明太子スパゲッティ
29	月	厚焼き玉子/青梗菜とパプリカのごま和え	塩らーめん/イカのゲソ揚げ	鶏の唐揚げ	和風まーぼ豆腐	春雨サラダ
30	火	肉団子と白菜の煮物/竹輪とキャベツの和え/納豆	野菜かき揚げ丼/おくらのお浸し	グリルチキン オニオンソース	茹で豚と野菜の青じそ風味	高野豆腐卵とじ
31	水	ウインナー/粉ふき芋	ポークカレー/フルーツヨーグルト	鯖のコーンマヨ焼き	カレイの煮付け	小松菜のお浸し

夕食のメイン（A、B）どちらかが売り切れる場合があります。あらかじめご了承ください。