



7月献立予定表(夕)



日	月	火	水	木	金	土
						1 ハンバーグ トマトソース じゃが芋のクリーム煮
2 にしんの蒲焼 ひじき煮	3 ぶり大根 四色豆腐	4 いわしの生姜煮 キャベツと薄揚げの煮浸し	5 豚肉と野菜の オイスター炒め チリ豆腐	6 豚肉と 白いんげん豆の トマト煮 味噌田楽	7 白身魚の白醤油焼き 白菜と木耳の香味炒め	8 唐揚げ がんもの含め煮
9 ブリのみりん醤油焼き 小松菜と薄揚げの煮浸し	10 あぶらかれいの照煮 野沢菜炒め	11 鶏の西京焼き 小松菜のガーリックソテー	12 モウカの生姜煮 炊き合わせ	13 イタリアンオムレツ あさりじゃが芋のピリ辛醤油仕立て	14 イワシの甘露煮 ちくわとピーマンのきんぴら	15 牛肉とポテトの ガリパタソース ハムと玉葱の玉子とじ
16 いわしの梅煮 春雨の五目炒め	17 鳥つくねと大根の煮物 カリフラワーの豆乳クリーム和え	18 ソウダガツオの 旨塩焼き がんもの炊き合わせ	19 ハンバーグ きのこデミソース 温野菜	20 カレイのトマトクリーム 高野豆腐のがめ煮	21 牛肉と小松菜の 炒め物 麻婆春雨	22 肉じゃが 豆腐の和風煮
23 焼肉 竹の子シュウマイ	24 チキンポテトの 味噌だれ ラタウイユ	25 豚肉の生姜炒め 野菜のバジル炒め	26 大根と鶏肉の旨煮 海老の和風玉子とじ	27 豆腐ハンバーグ おろしポン酢 チンゲン菜と筍の炒め物	28 タラの中華風味味噌だれ じゃが芋のそぼろあんかけ	29 厚揚げの煮物 大根と椎茸の煮物
30 ヒレカツ ちくわの煮物	31 カレイの煮つけ みかん入りなます					

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます