

# 7月献立表

日	月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●7月7日(木) 『七夕』行事食 ●7月19日(火) 食文化イベント《東京》 を予定しています。</p> </div> 					1	2
					グレープジュース 御飯 えびと生揚げの チリソース かぶの含め煮 高菜炒め 中華スープ/りんご缶 <b>515kcal 2.9g</b> ショコラブケーキ	カルピス パセリライス スパニッシュオムレツ カリフラワーの クリーム煮 三色煮豆 コンソメスープ/パイン缶 <b>551kcal 2.7g</b> たい焼き
* 数字はエネルギーと塩分量です。						
4	5	6	7	8	9	
アップルジュース 御飯 ほっけの塩焼き さつまいのきんぴら さくら漬け 味噌汁 フルーツカクテル缶 <b>463kcal 2.9g</b> 黒ごまプリン	はちみつレモン 御飯 さばの味噌煮 えびとほうれん草の炒め物 うぐいす煮豆 すまし汁 和梨缶 <b>501kcal 2.2g</b> ワッフル	カルピス 御飯 豚肉のスタミナ炒め かぼちゃの甘煮 青きゅうり漬け 味噌汁 キウイフルーツ <b>574kcal 3.1g</b> ヨーグルトババロア	グレープジュース ●ちらし寿司 鶏肉の梅じそ揚げ なすの生姜和え すまし汁 杏仁フルーツ <b>597kcal 4.4g</b> 黒糖ケーキ	レモンティー チキンカレー 福神漬け カリフラワーと チーズのサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト <b>545kcal 3.5g</b> 水ようかん	アップルジュース 御飯 ぶりのみりん焼き キャベツと ベーコンのソテー 昆布佃煮 味噌汁/マンゴー缶 <b>515kcal 3.2g</b> 紅茶ケーキ	
11	12	13	14	15	16	
カルピス 肉そば いんげんの ピーナッツ和え みかんゼリー <b>555kcal 3.6g</b> 薄皮まんじゅう	コーヒー牛乳 御飯 肉団子と野菜の煮物 かぼちゃのいとこ煮 しば漬け 味噌汁 フルーツカクテル缶 <b>535kcal 3.8g</b> バナナプリン	アップルジュース 御飯 鮭の照り焼き がんもの含め煮 三色煮豆 味噌汁 白桃缶 <b>497kcal 2.8g</b> メープルパンケーキ	カルピス 御飯 メンチカツ 刻み昆布と ちくわの煮物 高菜炒め すまし汁/りんご缶 <b>530kcal 3.4g</b> ピーチフルーチェ	紅茶 御飯 さわらの酒蒸し さつまいの煮物 さくら漬け 味噌汁 パイン缶 <b>496kcal 3.3g</b> ドームケーキ(こしあん)	はちみつレモン 御飯 鶏肉の塩麴焼き 大根のきんぴら うぐいす煮豆 野菜椀 和梨缶 <b>469kcal 2.3g</b> ロールケーキ	
18	19	20	21	22	23	
コーヒー牛乳 御飯 さばの焼き浸し かぼちゃのミルク煮 漬物 味噌汁 パイン缶 <b>530kcal 2.9g</b> あずきプリン	アップルジュース ●麦御飯 天ぷら盛り合わせ 里芋と大根の田楽 とろろ すまし汁 水まんじゅう <b>570kcal 3.3g</b> 抹茶パンケーキ	カルピス 御飯 肉豆腐 大根の青じそサラダ 金時煮豆 味噌汁 マンゴー缶 <b>564kcal 2.8g</b> 人形焼き(柚子あん)	グレープジュース 御飯 かれいの タルタルソースかけ えんどうと油揚げの煮物 味噌汁/さくら漬け フルーツカクテル缶 <b>526kcal 2.9g</b> ヨーグルトケーキ	コーヒー牛乳 御飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草の和え物 しば漬け すまし汁 和梨缶 <b>553kcal 2.6g</b> 栗ようかん	紅茶 うなぎちらし丼 かぶのうすくず煮 すまし汁 白いんげん豆煮 <b>453kcal 3.2g</b> 黒糖まんじゅう	
25	26	27	28	29	30	
カルピス 御飯 あじの蒲焼き 豚肉となすの炒め煮 白菜浅漬け 味噌汁 和梨缶 <b>515kcal 2.8g</b> いちごクレープ	グレープジュース 御飯 豚肉の漬け焼き おろし添え 冬瓜とベーコンの炒め物 うぐいす煮豆/けんちん汁 フルーツカクテル缶 <b>581kcal 2.6g</b> ★セレクト	紅茶 御飯 さわらの甘辛煮 はんぺんの 野菜マヨネーズ焼き 千切り大根漬け 味噌汁/みかん缶 <b>543kcal 3.0g</b> パンナコッタ	はちみつレモン ポークカレーライス 福神漬け 大根サラダ コンソメスープ りんごゼリー <b>556kcal 3.7g</b> 今川焼き	アップルジュース 御飯 かに玉 カリフラワーの中華和え 高菜炒め 中華スープ スイカ <b>480kcal 3.3g</b> 桃まんじゅう	コーヒー牛乳 冷やし中華 さつまいのレモン煮 冬瓜のスープ 白桃缶 <b>511kcal 4.6g</b> 黒糖ケーキ	

\* 仕入れの都合により献立を変更することがございますのでご了承下さい。