

1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)
御飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め 魚の南部揚げ ひじきの炒り煮 大根サラダ 小松菜のツナ和え 昆布佃煮 プチシュークリーム ピーチゼリー	ツナピラフ コンソメスープ 鶏肉のから揚げ 白身魚のカレーパン粉焼き ジャーマンポテト ゆで野菜サラダ 夏野菜の香味和え 浅漬け ホットケーキ フルーツソース添え フルーツ(すいか) 	御飯 すまし汁 赤魚の粕漬焼き 麻婆豆腐 揚げギョーザ 冷しゃぶサラダ いんげんのピーナツ和え 白花豆 ふのラスク 杏仁豆腐	御飯 味噌汁 豚肉のねぎ塩タレ 鰯の和風マリネ 五目煮豆 ばんさんすう わさび和え ザーサイ 大学芋 キャラメルプリン	《七夕》 冷やし中華 星のコロッケ ゴーヤチャンプルー 煮浸し キャベツの酢の物 枝豆 七夕シュワシュワゼリー せんべい 
8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)
御飯 味噌汁 チキンナゲット 魚のムニエル きのこおろしソース 里芋サラダ ごま和え 卵豆腐のしょうがあん 漬物 ごま団子 ヨーグルトフルーツソースがけ	菜めし 味噌汁 手作りやわらかハンバーグ トマトソース イカの天ぷら 厚焼き卵 ひじきのサラダ オクラのかつお梅 三色豆 フルーツ(オレンジ) ぶどうゼリー	御飯 コンソメスープ 手作りメンチカツ 魚のごまだれ焼 じゃがいもときのこのガーリック炒め チンゲン菜の煮浸し ブロッコリーのネギ塩おかか和え 浅漬け フルーツ(キウイ) 抹茶ババロア	御飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼き 白身魚のフライ 肉じゃが グリーンサラダ なすのおろし和え 昆布佃煮 ところてん ミニようかんロール	御飯 味噌汁 豚肉のプルコギ風 もろの煮魚 手作り薩摩芋コロッケ たけのことぜんまいの炒め物 マカロニサラダ ほうれん草のおひたし チーズ蒸しケーキ バナナのチョコソースがけ
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)
御飯 豚汁 さわらの西京焼き お好み焼き風厚焼き卵 かぼちゃのバター醤油煮 ハム野菜炒め ナムル 枝豆 フルーチェ ココア蒸しパン	御飯 味噌汁 魚のマヨネーズ焼き 豚キムチ炒め 竹輪の磯辺揚げ 切干大根の炒り煮 海藻サラダ レタスと塩昆布の和え物 バームクーヘン フルーツ(パイン)	御飯 野菜スープ 鶏肉の香草パン粉焼き 魚のしそ風味揚げ いかと里芋の煮物 ミニ焼きそば 卵サラダ 漬物 桃まん フルーツポンチ	御飯 味噌汁 さばの味噌煮 豚肉となすの生姜炒め 手作りひじきコロッケ ごぼうサラダ チンゲン菜のおひたし 胡瓜のレモン漬 ミニどら焼き マンゴーヨーグルト	御飯 すまし汁 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め 魚の蒲焼き 冬瓜の薄葛煮 チーズ焼き 春雨サラダ キムチ漬 シュガートースト 海老せんべい
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)
御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 魚のしょうが煮 蒸しシューマイ きんぴらごぼう ビーフソテー ブロッコリーのマヨポン和え クリームコンフェ フルーツ(オレンジ) 	ハヤシライス コンソメスープ ハートオムレツ はんぺんフライ 野菜サラダ ポテトのチーズ焼き 小松菜とれんこんのさっぱり和え コーヒーゼリー フルーツ(キウイ)	御飯 すまし汁 チンジャオロース 魚の味噌バター焼き 大豆入りひじきの炒り煮 かぼちゃのそぼろあん オクラのけずり和え ザーサイ ビスケット フルーツのゼリーがけ	御飯 味噌汁 肉団子のうま煮 魚の香味焼 刻み昆布と生揚げの炒り煮 オニオンリングフライ ポテトサラダ 卵豆腐の枝豆のせ 抹茶おからケーキ フルーツ(すいか)	御飯 味噌汁 鶏肉の磯辺揚げ 蒸し魚 野菜甘酢あんかけ がんもどきの煮物 コーンサラダ ピーマンと塩昆布の炒め物 浅漬け さつま芋のオレンジ煮 プリン
29日 (月)	30日 (火)	31日 (水)	 	
御飯 味噌汁 ポークチャップ サバの塩焼き コンソメ大根 ミニアメリカンドック カリフラワーのゆかり和え なすの一本漬 ロールケーキ(チョコ) いちごババロア	御飯 味噌汁 魚の焼き南蛮漬け ささみカツ 炒り豆腐 キャベツのトマト煮 ほうれん草の小町和え 昆布巻 甘納豆蒸しパン あべかわ寒天	御飯 そうめん汁 魚の梅焼 豚肉の角煮 お好み焼き 筑前者 MIXビーンズのサラダ 浅漬け フルーツヨーグルト ブッセ		