

		1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)
		御飯 すまし汁 白身魚のカレーパン粉焼き 麻婆豆腐 焼き餃子 冷しゃぶサラダ いんげんのピーナツ和え あみ佃 ふのラスク 杏仁豆腐	ツナピラフ 味噌汁 豚肉のねぎ塩タレ 鰹の和風マリネ 五目煮豆 ゆで野菜サラダ 夏野菜の香味和え ザーサイ 大学芋 キャラメルプリン	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 ほうれん草のおひたし 三色豆 フルーツ(オレンジ) ぶどうゼリー
6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10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	《お楽しみ膳-七夕》 ちらし寿司 そうめん汁 星のコロッケ ゴーヤチャンプルー 焼き茄子の薬味醤油 キャベツの酢の物 枝豆 フルーツポンチ カットケーキ	御飯 コンソメスープ メンチカツ 魚のごまだれ焼 ガーリック炒め チンゲン菜の煮浸し 卵の花 浅漬け ピザトースト 抹茶ババロア	御飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼き 魚のフライ 肉じゃが グリーンサラダ おろし和え 昆布佃煮 ところてん きなこカステラ	御飯 味噌汁 豚肉のプルコギ風 もろの煮魚 かぼちゃコロッケ たけのことぜんまいの炒め物 マカロニサラダ オクラのかつお梅 チーズ蒸しケーキ フルーツ(バナナ)
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17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 ブルーチェ 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 卵サラダ 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 焼きそば 海藻サラダ 漬物 桃まん フルーツ(バナナ)	御飯 味噌汁 さばの味噌煮 豚肉となすの生姜炒め 春巻き 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 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 中華春雨サラダ キムチ漬 シュガートースト 海老せんべい
20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24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 マヨネーズ和え 肉まん フルーツ(オレンジ)	御飯 すまし汁 チンジャオロース 魚の味噌バター焼き ひじきの炒り煮 かぼちゃのそぼろあん オクラのけずりし和え ザーサイ 抹茶おからケーキ フルーツポンチ	御飯 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 フレンチポテト 春雨とトマトの酢の物 コーヒーゼリー ホットケーキ	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 野菜のフライ ポテトサラダ 卵豆腐 ビスケット 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
27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)
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 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 やわらか昆布巻 甘納豆蒸しパン あべかわ寒天	御飯 すまし汁 魚の梅焼 豚肉の角煮 お好み焼き 筑前煮 おからサラダ 浅漬け フルーツヨーグルト ブッセ	御飯 味噌汁 豆腐ステーキ 肉味噌がけ 魚の竜田揚げ 卵炒め ぜんまいの煮物 さつま芋のサラダ ほうれん草と切干大根のおひたし 水ようかん フルーツ(オレンジ)	チャーハン スープ餃子 蒸し魚 きのこあんかけ カニクリームコロッケ 刻み昆布とさつま揚げの炒り煮 ツナサラダ 大根のキムチ和え 三色豆 牛乳まんじゅう ココアプリン