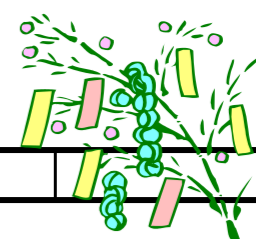




# 7月の献立



月	火	水	木	金
		1 ごはん スープ ハンバーグ ソラマメサラダ バナナムース I補給 - 594 塩分 2.1	2 ぶた <sup>どん</sup> 丼 みそ <sup>しる</sup> 汁 たまご <sup>とうふ</sup> 豆腐 にまめ <sup>煮</sup> 豆 I補給 - 524 塩分 2.5	3 ごはん すまし <sup>じる</sup> 汁 タラのムニエル ナスの <sup>にく</sup> 肉みそ <sup>いた</sup> 炒め ぶりかけ I補給 - 489 塩分 1.7
6 ごはん すまし <sup>じる</sup> 汁 とり <sup>にく</sup> 肉のレモン <sup>や</sup> 焼き ごぼう <sup>いた</sup> 炒め つけもの I補給 - 491 塩分 2.4	7 ごはん すまし <sup>じる</sup> 汁 ほし <sup>星</sup> のコロッケ だいず <sup>大豆</sup> のトマト <sup>に</sup> 煮 いろど <sup>彩り</sup> ゼリー I補給 - 597 塩分 2.3	8 なつ <sup>夏</sup> カレー スープ スパゲッティー <sup>サラダ</sup> ヨーグルト I補給 - 635 塩分 2.5	9 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 ぶりの <sup>や</sup> てり焼きソース だいこん <sup>あつあ</sup> と厚揚げ <sup>にもの</sup> の煮物 つくだ <sup>に</sup> 煮 I補給 - 509 塩分 2.6	10 ひ <sup>冷やし</sup> 中華 スープ しゅうまい あお <sup>青りんご</sup> ゼリー I補給 - 514 塩分 3.9
13 ごはん スープ はっほうさい <sup>八宝菜</sup> えだまめ <sup>枝豆</sup> サラダ ぶりかけ I補給 - 560 塩分 2.3	14 ごはん スープ チキン <sup>ふう</sup> ピザ風 カリフラワー <sup>サラダ</sup> いちご <sup>ゼリー</sup> I補給 - 651 塩分 1.7	15 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 ぶた <sup>にく</sup> 肉の生姜 <sup>しょうが</sup> ソース ひじきの <sup>にもの</sup> 煮物 さつま <sup>いもい</sup> 芋入り白 <sup>しらあ</sup> 和え I補給 - 563 塩分 2.6	16 パン スープ メンチカツ ポテト <sup>サラダ</sup> ジョア I補給 - 676 塩分 2.5	17 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 にく <sup>肉</sup> だんごの甘 <sup>あま</sup> 酢あん チンゲン <sup>さい</sup> 菜のおひたし パイン <sup>ムース</sup> I補給 - 545 塩分 4.6
20 	21 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 さばの <sup>に</sup> しょうが煮 じゃがいも <sup>にもの</sup> の煮物 こんぶ <sup>まめ</sup> 昆布豆 I補給 - 548 塩分 2.4	22 ごはん スープ チーズ <sup>ハンペン</sup> フライ やさい <sup>いた</sup> 野菜炒め ぶどう <sup>ゼリー</sup> I補給 - 645 塩分 2.3	23 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 ぶた <sup>にく</sup> 肉のネギ <sup>しお</sup> 塩だれ かぼち <sup>にもの</sup> ゃの煮物 めかぶ <sup>に</sup> つくだ煮 I補給 - 558 塩分 2.1	24 ごはん すまし <sup>じる</sup> 汁 とり <sup>にく</sup> 肉のうめソース あつあ <sup>厚揚げ</sup> とキャベツ <sup>のみそ</sup> の炒め おくら <sup>のおひたし</sup> I補給 - 562 塩分 3.2
27 ハヤシ <sup>ライス</sup> スープ ゆ <sup>やさい</sup> で野菜 <sup>サラダ</sup> ヨーグルト I補給 - 655 塩分 2.9	28 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 カツ <sup>とじ</sup> インゲン <sup>サラダ</sup> くだもの <sup>おうとうかん</sup> 果物 (黄桃缶) I補給 - 589 塩分 2.0	29 ごはん スープ マーボ <sup>とうふ</sup> ー豆腐 はる <sup>まき</sup> ザー <sup>サイ</sup> I補給 - 597 塩分 4.5	30 ごはん みそ <sup>しる</sup> 汁 とり <sup>にく</sup> 肉の甘 <sup>あま</sup> 酢あんかけ マカロニ <sup>サラダ</sup> パイン <sup>ムース</sup> I補給 - 600 塩分 3.7	31 ごはん すまし <sup>じる</sup> 汁 スタミナ <sup>や</sup> 焼き きんぴら <sup>ふう</sup> 風煮 ぶりかけ I補給 - 560 塩分 2.6

※仕入の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承願います。