

7月1日(火) ごはん 牛乳 若鶏から揚げ  
ゴーヤーチャンプルー  
春雨のスープ煮



7月2日(水) ごはん 牛乳  
豆腐ハンバーグ和風ソース  
カリフラワーサラダ 野菜スープ



7月3日(木) コッペパン ブルーベリージャム 牛乳  
ハムチーズフライ 根菜サラダ  
ブイヤベース



7月4日(金) ごはん 牛乳 さばのみそ煮  
おから炒り煮  
なると入り沢煮椀



7月7日(月) コッペパン 牛乳 星形メンチカツ  
夏野菜のラタトウイユ  
星マカロニスープ  
七夕ゼリー

七夕献立☆彡



7月8日(火) ごはん 牛乳 厚焼き玉子  
カレー肉じゃが煮 つみれ汁



7月9日(水) ビビンバ丼 牛乳 五目まんじゅう  
なすのみそ汁



7月10日(木) ちゃんぽん麺 牛乳 まぐろカツ  
ポテトと大豆の青のり風味

日本味めぐり：長崎県



7月11日(金) ごはん 牛乳 棒ぎょうざ 醋豚  
切干大根の中華スープ



7月14日(月) ナン 牛乳 チキンハーブ焼き  
フルーツ杏仁 キーマカレー



7月15日(火) ごはん 牛乳 ローズポークコロッケ  
チンジャオロースー  
とうがんの中華スープ

茨城・鹿嶋食材の日



7月16日(水) ごはん 牛乳 あじ揚げ煮 そぼろ煮  
なめこのみそ汁



7月17日(木) コッペパン キャラメルクリーム 牛乳  
かぼちゃグラタン チリコンカン  
ポトフ



7月18日(金) ごはん 牛乳 レバー入り鶏つくね  
ひじきの煮物 ごまみそ汁

