



# 7月の献立表



月	火	水	木	金
<b>7月3日</b>	<b>7月4日</b>	<b>7月5日</b>	<b>7月6日</b>	<b>7月7日</b>
<b>タラの磯辺焼き</b> チンゲン菜と桜エビの炒め物 筑前煮 竹輪とワカメのごま油炒め うぐいす豆 さくら漬け	<b>肉団子の野菜甘酢あんかけ</b> エビの春雨煮 厚揚げと大根の生姜煮 コーンとツナのサラダ インゲンソテー ミックスフルーツ	<b>白身フライ</b> じゃがバター明太 豆腐と茄子の肉そぼろあん ほうれん草の錦和え スパゲティサラダ しば漬け	<b>アジの照焼き</b> 竹輪のカレー炒め 揚げ出し豆腐 ささみと小松菜の塩昆布和え 海藻サラダ りんご	<b>チャプチェ</b> 大豆の五目煮 大根とがんものうま煮 さつま芋のバター炒め チンゲン菜のごま和え つぼ漬け
<b>7月10日</b>	<b>7月11日</b>	<b>7月12日</b>	<b>7月13日</b>	<b>7月14日</b>
<b>鶏肉のみぞれ煮</b> イタリアンスパ ツナじゃが インゲンの辛し和え 焼売 きざみ沢庵	<b>豚肉の生姜焼き</b> こんにゃくとえのきの炒め 冬瓜と肉団子の煮物 小松菜とかまぼこの梅和え 枝豆のガーリック炒め 白桃	<b>タンドリーチキン</b> 大豆のトマト煮 ナスとビーフンの炒め物 ワカメときゅうりの酢の物 バターコーン パイ	<b>赤魚のガーリックソテー</b> 刻み昆布と切干大根の煮物 白菜とミンチの中華炒め ハムとマカロニのサラダ オクラのポン酢和え きゅうり漬け	<b>サバの塩焼き</b> ひじき煮 もやしチャンプル 春雨の酢の物 肉団子のケチャップあんかけ 洋梨
<b>7月17日</b>	<b>7月18日</b>	<b>7月19日</b>	<b>7月20日</b>	<b>7月21日</b>
<b>タラのバジル焼き</b> 豆腐とさつま揚げの塩炒め 白菜とベーコンのコンソメ煮 カリフラワーのおかか梅和え ピリ辛こんにゃく きゅうり漬け	<b>肉野菜炒め</b> ロールキャベツ 高野豆腐とナスの煮物 チンゲン菜とハムの中華和え 水餃子 白豆	<b>赤魚のバター醤油焼き</b> きのことベーコンのガーリック炒め 玉子ときくらげの炒め物 ソーメンのなめたけ和え 粉ふき芋 ミックスフルーツ	<b>タラのムニエル香味ソース</b> 厚揚げと玉ねぎの桜エビ炒め 豚肉のデミグラスソース煮 おからサラダ 黄桃 しば漬け	<b>八宝菜</b> かぼちゃ煮 エビチリ風 バンバンジーサラダ フルーツポンチ
<b>7月24日</b>	<b>7月25日</b>	<b>7月26日</b>	<b>7月27日</b>	<b>7月28日</b>
<b>カレイの煮付け</b> 切干大根 豚バラとナスのおかか炒め ひじきの洋風炒め 味付きふき さくら漬け	<b>鶏肉のケチャップ煮</b> きんぴらごぼう けんちん煮 オクラのごま和え ナスとピーマンの炒め物 みかん	<b>豚肉のチリソース炒め</b> ほうれん草の玉子炒め 里芋とイカの煮物 ポテトサラダ レモンパスタ つぼ漬け	<b>サワラの味噌焼き</b> 挽肉とにんじんの春雨炒め ポトフ カニカマと大根の酢の物 高菜炒め さくら漬け	<b>鶏肉のマーマレード焼き</b> 厚揚げの生姜煮 豚肉とレンコンの炒め煮 コロケ 杏仁豆腐 しば漬け
<b>7月31日</b>				
<b>ハンバーグ カレーソース</b> イカとキャベツの炒め物 じゃがいもとソーセージのトマト煮 明太スパゲティ バターコーン パイ				

※ご注文は前週の水曜日17時までとなりますのでご注意ください。  
※21時までにはお召し上がりください。  
※仕入れの状況によって献立が変わることがあります。

LINEで簡単  
ご注文・お問い合わせ  
①右のQRコードからアクセス  
②お友達登録をお願いします  
メッセージお待ちしております

