

令和4年7月 献立表

(完了期)

月	火	水	木	金	土
				1 パン 魚の煮つけ チキンスープ きゅうりのサラダ	2 軟飯 鶏肉と野菜のコンソメ煮 ヨーグルト
4 軟飯 豆腐じゃが みそ汁 オレンジ	5 人参軟飯 中華スープ キャベツサラダ	6 パン 豆腐団子 ココロスープ ほうれん草のごま和え	7 七夕そうめん じゃがいものココロ煮 ゼリー	8 パン 魚の煮つけ 南瓜のスープ	9 軟飯 豚肉と野菜の甘みそ煮 ヨーグルト
11 軟飯 豆腐ステーキレバーソース みそ汁	12 パン 鶏肉の甘辛煮 五目スープ いんげんのあえ物	13 夏野菜たっぷりリゾット 野菜サラダ バナナ	14 軟飯 中華スープ さつまいもと昆布の煮物	15 パン 魚の煮つけ ポテトスープ 切り干し大根のサラダ	16 軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 ヨーグルト
18 海の日	19 パン ささみの甘辛煮 青菜のスープ かぼちゃサラダ	20 人参軟飯 豆腐のそぼろ煮 けんちん汁 きゅうりサラダ	21 七分つき玄米軟飯 鶏肉と野菜の煮物 ほうれん草のおかか和え オレンジ	22 パン 鶏肉と野菜のスープ コールスローサラダ	23 軟飯 豚肉と野菜煮 ヨーグルト
25 軟飯 豆腐と野菜のそぼろ煮 りんごのサラダ	26 パン ポークビーンズ 鶏つくね煮	27 わかめ入り軟飯 五色野菜煮 豆腐のみそ汁 バナナ	28 煮込みうどん きゅうりともやしのサラダ	29 パン 魚の煮つけ 中華スープ もやしときゅうりのあえもの	30 たっぷり野菜のコンソメリゾット ヨーグルト