

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	7月14日(日)	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 ほうれん草のお浸し 梅干し	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮込み 白花豆 いりこみそ	ご飯 みそ汁 炒り卵 もやしのゆかり和え 漬け物	ご飯 みそ汁 卵の花炒り煮 胡瓜のなめたけ和え たらこ	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 もずく たいみそ	ご飯 みそ汁 ごぼうの当座煮 胡瓜とみかんの酢の物 海苔佃煮
昼食	ご飯 ホワイトシチュー コロッケ りんごのコンポート	ご飯 みそ汁 太刀魚のおろしポン酢かけ 炒り豆腐 キウイフルーツ	三色丼 みそ汁 南瓜サラダ メロン	ご飯 みそ汁 鶏の塩こうじ焼き 切干大根の煮物 ブロッコリーのマヨネーズ和え	ご飯 みそ汁 鮭の照り焼き 里芋の炊き合わせ 茄子のお浸し	ご飯 コンソメスープ 鶏の香草パン粉焼き キャベツとウインナーのソテー オレンジ	焼きそば 中華スープ 焼き餃子 マンゴープリン
おやつ	ヨーグルト	たまごボーロ	アイスクリーム	白い風船	カスタードケーキ	栗かすてらまんじゅう	ヨーグルト
夕食	ご飯 みそ汁 和風オムレツ 肉野菜炒め 小松菜のなめたけ和え	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き さつま揚げの煮物 もやしのナムル	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 金平ごぼう 大根とカニカマの酢の物	ご飯 中華スープ かじきの酢豚 春雨中華サラダ 杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 豚肉と厚揚げの味噌炒め ひじきの煮物 キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のごま和え	ご飯 コンソメスープ 白身魚のマスタード焼き コールスロー ブロッコリーのガーリックソテー

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。