

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 キャベツとハムの炒め物 うぐいす豆 梅干し	ご飯 みそ汁 卵の花の炒り煮 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 胡瓜のなめたけ和え たいみそ	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 青梗菜のお浸し 漬け物	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 なすのお浸し いりこみそ	ご飯 みそ汁 煮びたし ウインナー 漬け物	ご飯 みそ汁 べっこう煮 厚焼玉子 海苔の佃煮
昼食	ご飯 みそ汁 カレイの香り蒸し かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のごま和え	ご飯 みそ汁 チキンチーズ揚げ ツナサラダ オレンジ	ご飯 みそ汁 白身魚の粕漬焼き 野菜炒め もやしの梅肉和え	ご飯 すまし汁 豚肉の朴葉味噌焼き 里芋の煮物 きゅうりとわかめの酢の物	ご飯 すまし汁 ほっけのみりん焼き 大豆煮 パイナップル	ご飯 すまし汁 鮭の西京焼き 茄子とピーマンの炒め物 キウイフルーツ	ご飯 すまし汁 鶏の金山寺味噌焼き がんもの煮物 オレンジ
おやつ	ババロア	雪の宿せんべい	クリームブッセ	バナナカステラ	アイスクリーム	ベジタベル	びわケーキ
夕食	ご飯 コンソメスープ キッシュ風オムレツ スパゲティサラダ バナナ	かやくご飯 みそ汁 さばの塩焼き 里芋と豚肉の煮物 青梗菜とかまぼこの和え物	いなり寿司 みそ汁 じゃがいものそぼろ煮 小松菜の辛し和え フルーチェ	ひつまぶし風ご飯 すまし汁 千草焼き 金平ごぼう 水ようかん	ご飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ もやしとハムの和え物	冷やし中華 冷やし中華付けダレ 春巻き ナムル レモネードゼリー	ご飯 みそ汁 さわらの梅ねぎだれ 春雨のひき肉煮 旨塩キャベツ

※ 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。