

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	7月20日（日）	7月21日（月）	7月22日（火）	7月23日（水）	7月24日（木）	7月25日（金）	7月26日（土）
朝食	ご飯 みそ汁 キャベツとハムの炒め 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 金山寺味噌	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 ほうれん草ともやしのお浸し 漬け物	ご飯 みそ汁 べっこう煮 厚焼玉子 海苔佃煮
昼食	ご飯 みそ汁 かれいの香り蒸し 里芋と豚肉の煮物 ほうれん草のごま和え	冷やし中華 焼売 レモネードゼリー	ご飯 すまし汁 鮭の西京焼き 茄子とピーマンの炒め物 ぶどう	ご飯 すまし汁 豚肉の朴葉味噌焼き 厚揚げの煮物 胡瓜の梅肉和え	ご飯 野菜スープ たらの味噌バター焼き ビーフンソテー イチゴミルクプリン	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 鶏肉の金山寺味噌焼き がんもの煮物 オレンジ
おやつ	ヨーグルト	和菓子	アイスクリーム	雪の宿せんべい	クリームブッセ	人形焼き	ヨーグルト
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 バナナプリン	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	いなり寿司 みそ汁 じゃがいものそぼろ煮 小松菜の辛子和え フルーチェ	ご飯 オニオンスープ エビカツ スパゲティナポリタン 花野菜サラダ	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	ご飯 みそ汁 蒸し鶏の胡麻ソースがけ 高野豆腐の煮物 菜種和え	ご飯 みそ汁 赤魚の青じそ焼き 炒り豆腐 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。