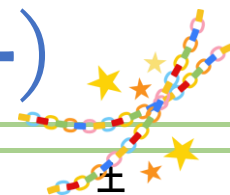




# 7月献立表 (すまいるデ イービ`センター)



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	メイン 和風おろしハンバーグ 小鉢 人参ピ`ナツツ和え 汁物 コーンスープ ごはん	メイン 筑前煮 小鉢 オクラツツナ和え 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 鯖の味噌煮 小鉢 ほうれん草お浸し 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 豚角煮 小鉢 白菜おかか和え 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 鰯ホイル焼き 小鉢 ブロッコリー卵と 汁物 スープ ごはん	メイン 冬瓜と茄子とりそぼろ掛け 小鉢 冷奴 汁物 味噌汁 ごはん
7	8	9	10	11	12	13
	メイン 天ぷらそば 小鉢 いんげん胡麻和え 汁物 フルーチェ ごはん	メイン 八宝菜 小鉢 春雨サラダ 汁物 中華スープ ごはん	メイン 五目ちらし寿司 小鉢 小松菜お浸し 汁物 味噌汁	メイン 牛すき煮 小鉢 胡瓜酢の物 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 鯖塩焼き 小鉢 里芋旨煮 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 白身魚フライ 小鉢 ほうれん草ソテー 汁物 コーンスープ ごはん
14	15	16	17	18	19	20
	メイン 豚肉スタミナ炒め 小鉢 ブロッコリー玉締め 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 鶏じゃが 小鉢 オクラおかか和え 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 麻婆茄子 小鉢 中華やっこ 汁物 中華スープ ごはん	メイン メンチカツ 小鉢 たまごサラダ 汁物 スープ ごはん	メイン 赤魚煮付け 小鉢 しらすおろし 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 鰯おろしポン酢掛け 小鉢 水菜お浸し 汁物 味噌汁 ごはん
21	22	23	24	25	26	27
	メイン 素麺 小鉢 玉子豆腐 汁物 パイナップル ごはん	メイン オムライス 小鉢 ピーマンソテー 汁物 スープ ごはん	メイン 海老とワケロウのかき揚げ 小鉢 金平牛蒡 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 豚キムチ 小鉢 白菜ゆかり和え 汁物 スープ ごはん	メイン 鶏肉照り焼き 小鉢 小松菜胡麻和え 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 鯖塩焼き 小鉢 ほうれん草とささみの和え物 汁物 味噌汁 ごはん
23/30	29	30	31			
	メイン ピーマン肉詰め 小鉢 なめこおろし 汁物 味噌汁 ごはん	メイン 鯖味噌漬け 小鉢 長芋梅酢和え 汁物 すまし汁 ごはん	メイン 三色丼ぶり 小鉢 もずく酢 汁物 味噌汁 ごはん			

※仕入れ状況によってメニューの変更がある場合がございます。予めご了承ください。

