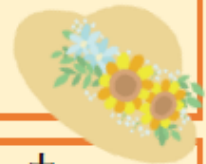




7月献立表 (すまいるデｲｰビスセンター)



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		赤魚の煮つけ 里芋のﾊﾟｰｺﾝ炒め 春菊のﾀﾞ和え ごはん	酢鶏 さつま芋のﾛｯｼﾞ煮 明太子ｽﾊﾞﾞﾞﾗﾗﾞ ごはん	豚の甘辛煮 ふわふわ豆腐のもずく煮 小松菜のごま和え ごはん	さばの梅かつお焼き もやしと桜ｺﾞの炒め物 青じそ香る人参ﾗﾗﾞ ごはん
5	6	7	8	9	11
鶏のゆず塩ﾗｰ ｼﾞｰﾏﾝﾊﾟｯﾄ 春菊のﾋﾟｰﾅｯｯ和え ごはん	あじの生姜煮 三色煮豆 しろ菜とｶﾞｺﾞのお浸し ごはん	豚の味噌煮 ひじきの煮物 ﾓﾝﾗﾗﾞ ごはん	鶏肉の炭火焼き風 がんとれんこんの煮物 玉ねぎと若布のﾅﾙ ごはん	めばるの山椒焼き じゃが芋のﾊﾟｰｽﾀｰﾄﾞ和え 春菊のお浸し ごはん	ﾊﾞﾝﾞﾙｷﾝ きざみ昆布の煮物 ほうれん草とｺﾞのお浸し ごはん
12	13	14	15	16	17
あじの香味野菜ﾊﾟﾝ粉焼き ひじきと竹輪の煮物 ｶﾞﾗﾗｰのゆかり和え ごはん	さわらの照り焼き 厚揚げの生姜煮 なすの揚げびたし ごはん	豚肉とｷﾞﾞの甘味噌炒め 薩摩揚げの炒り煮 ﾙともやしのﾅﾙ ごはん	夏野菜ｶｰ こんにゃくと竹輪の炒め物 若布と錦糸卵の酢の物	ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞﾃﾞﾐｰｽ 里芋の味噌煮 ﾌﾞｯｺﾘｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え ごはん	白身魚のﾊﾞﾝﾞﾙ焼き じゃが芋と玉葱の炒め物 青じそ香るひじきﾗﾗﾞ ごはん
19	20	21	22	23	24
赤魚のねぎ蒸し ちくわと人参の炒り煮 ｷﾞﾞの浅漬け ごはん	とりごぼう団子のすき煮 さつま芋と油揚げの味噌煮 ﾌﾞﾝ菜のﾋﾟｰﾅｯｯ和え ごはん	麻婆豆腐 ｷﾞﾞのﾗｰ 千切り大根の香味和え ごはん	鶏のにんにくだれ煮 がんとれんこんの煮物 しろ菜ｶﾞｺﾞのお浸し ごはん	ｷﾝの中華あんかけ ﾋﾟｰﾏﾝとﾀﾞの炒り煮 切り干し大根のごま酢 ごはん	鶏の旨煮 かぼちゃのふわふわ豆腐 いんげんのﾋﾟｰﾅｯｯ和え ごはん
26	27	28	29	30	31
豚肉の野菜炒め さつま芋の煮物 小松菜の柚子和え ごはん	ｶﾞのﾗｰ ひじきと舞茸の煮物 ﾋﾟｰﾏﾝのうま味ﾅﾙ ごはん	めばるのﾊﾞｰﾞ焼き かぼちゃと昆布の煮物 菜の花のごま和え ごはん	ﾊﾟｯｰｽﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ きんぴらごぼう 春菊のしらす和え ごはん	赤魚の彩りﾋﾟｰﾏﾝｽかけ 厚揚げの生姜煮 はるさめﾗﾗﾞ 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。

