



# 7月献立表

親子でゆっくり召し上がられます♪栄養満点のご飯を提供させていただきます。  
 ※おやつは、18時までの完全予約制となります。※特定原材料8品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ)を完全除去しております。お待ちしております😊

昼食 11:30～12:30 開始  
 おやつ 14:30～15:30 開始



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
	ごはん 豆腐と椎茸のすまし汁 鮭のみそ漬 しめじとオクラの胡麻和え おやつ：焼き芋				ごはん きのこのみそ汁 たらの和風野菜あんかけ じゃがいものサラダ おやつ：きなこおはぎ	小松菜とツナの味噌ごはん 玉ねぎとじゃがいものみそ汁 たらのごま揚げ おやき おやつ：ポンおこし
7	8	9	10	11	12	13
鮭わかめごはん 玉ねぎと人参のみそ汁 豆腐ハンバーグ 野菜の竜田揚げ おやつ：焼き芋	ごはん 玉ねぎとじゃがいものスープ たらの唐揚げ れんこんと人参のきんぴら おやつ：きなこおはぎ				ごはん 大根とオクラのすまし汁 たらの米粉からあげ ほうれん草のツナ和え おやつ：焼き芋	きのこごはん 豆腐と大根のみそ汁 たらの甘辛竜田揚げ オクラのお浸し おやつ：ポンおこし
14	15	16	17	18	19	20
	ごはん 人参と玉ねぎのみそ汁 鮭のきのこあんかけ 大学芋 おやつ：焼き芋				ごはん しめじと舞茸のみそ汁 鮭の竜田揚げ じゃがいものきんぴら おやつ：ポンおこし	ごはん 豆腐と椎茸のすまし汁 鮭のみそ漬 しめじとオクラの胡麻和え おやつ：焼き芋
21	22	23	24	25	26	27
ごはん きのこのみそ汁 たらの和風野菜あんかけ じゃがいものサラダ おやつ：きなこおはぎ	小松菜とツナの味噌ごはん 玉ねぎとじゃがいものみそ汁 たらのごま揚げ おやき おやつ：ポンおこし				鮭わかめごはん 玉ねぎと人参のみそ汁 豆腐ハンバーグ 野菜の竜田揚げ おやつ：焼き芋	ごはん 玉ねぎとじゃがいものスープ たらの唐揚げ れんこんと人参のきんぴら おやつ：きなこおはぎ
28	29	30	31			
ごはん 大根とオクラのすまし汁 たらの米粉からあげ ほうれん草のツナ和え おやつ：焼き芋	ごはん しめじと舞茸のみそ汁 鮭の竜田揚げ じゃがいものきんぴら おやつ：ポンおこし					