


週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
7/9 (月)	白飯 キヤベツとあげのみそ汁 牛乳 ひじきの洋風炒り煮 納豆 (三升漬) ハミン	冷やし坦々麺 ゆずポン酢かけ (モロヘイヤ) コーヒーゼリー 冷水 	白飯 卵ときぬぎやのみそ汁 照り焼きつくねと温野菜 ふきのおかか煮 すいか 
7/10 (火)	白飯 大根となめこのみそ汁 牛乳 野菜と豚肉炒め あさりの佃煮 バナナ	豚丼 すり身汁 (正油) 白菜のレモン風味漬 	五穀米ごはん 玉ネギとあげのみそ汁 さんま塩焼き 若布と豆腐チャンプル 小松菜のごま和え 
7/11 (水)	白飯 かぼちゃとネギのみそ汁 牛乳 インゲンと豚肉炒め 納豆 (しらす干し) ハミン	冷やしそうめん 笑ぶら (高野豆腐・なす・ピーマン・竹輪) 酢の物 (カニカマ) 	白飯 すまし汁 (麩) 煮込みハンバーグ 温野菜サラダ グレニブラルニツ 
7/12 (木)	白飯 水菜とえのきのみそ汁 牛乳 大豆とツナ煮 なめ茸 バナナ	白飯 ほうれん草と玉葱みそ汁 白身フライ ナムル (にら・もやし) フルーツミックスヨーグルト	あさり五目飯 きんぴら汁 野菜入り卵焼き メロン 
7/13 (金)	白飯 小松菜としめじのみそ汁 牛乳 切り干大根の炒り煮 納豆 (しそ) ハミン	ナポリタン フノリスープ ハムマリネ 	白飯 芋と若布のみそ汁 ホッケカレームニエル 牛しぐれ キウイ
7/14 (土)	白飯 豆腐とネギのみそ汁 牛乳 にらの卵とじ 昆布佃煮 バナナ	白飯 ふきのみそ汁 鶏肉の立田揚げ アスバラ酢みそ和え しば漬 	マーボー飯 シーフードスープ 中華サラダ (ささみ) すいか 
7/15 (日)	ブルーベリーデニッシュ 食パン メープルシロップ コンスメスニテ (コーン) 牛乳 マカロニのケチャップ炒め 	オムライス カブスープ もやしとあげのサラダ バナナ 1/2 	白飯 白菜ときつたま揚げみそ汁 鮭の西京焼き 肉じゃが 青のり佃煮 