

週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
7/16 (月)	白飯 油揚げと白菜のみそ汁 牛乳 小松菜と干えび炒め 納豆 (しそわかめ) ハミン	冷とろろそば 牛蒡・豚のゴマドレ和え 野菜ジュース (鉄分) 	白飯 かぼちゃとあげのみそ汁 あじの塩焼き 牛肉とにんにく芽ソテー モヤシの中華和え 
7/17 (火)	白飯 卵ときぬさやのみそ汁 牛乳 オイスターソース炒め かつおなめ茸 バナナ	梅ちりませ御飯 白玉団子汁 鱈のネギみそ焼 揚げだし豆腐 	白飯 水菜と大根のみそ汁 チキンカツ 春雨の酢のもの グレープフルーツ 
7/18 (水) 藤井さん メニュー	白飯 高野豆腐とネギのみそ汁 牛乳 かぶのそぼろ煮 納豆 (しばづけ) ハミン	ウィンナーカレー コールスローサラダ らっきょう 冷水 	夏野菜の冷製トマトパスタ ジャガイモとベーコンのスープ ジャンボシューマイ コーヒーゼリー
7/19 (木)	白飯 モヤシと若布のみそ汁 牛乳 卵の花炒り こんぶ梅 バナナ	チーズハンバーグサンド くるみブレッド キッシュ オニオンスープ オレンジジュース	白飯 豆腐としめじのみそ汁 ほっけの塩焼 レンコンサラダ すいか
7/20 (金)	白飯 にらと豆麩のみそ汁 牛乳 なすと豚肉炒め 納豆 (高菜) ハミン	白飯 里芋とネギのみそ汁 エビフライ 生揚げの生姜煮 アスバラ黄身酢和え 	うな玉丼 すまし汁 (あさり) もずく酢 
7/21 (土)	白飯 豆腐とえのきのすまし汁 牛乳 野菜と挽肉のみそ炒め しばわかめ バナナ	イカ入五目ちらし すまし汁 (ゆば) 一口煮物 アロエヨーグルト 	白飯 ナメコスープ 鶏肉タレ焼 シーフードマリネ キウイ 
7/22 (日)	カスタードデニッシュ 食パン いちご&マーガリン かき玉スープ 牛乳 ツナサラダ	天津飯 セロリのスープ 焼き餃子 バナナ 1/2 	玄米ごはん 芋とネギのみそ汁 揚げサンマの甘辛煮 小松菜・ひじきサラダ めろん 