

7月の金谷まるめろメニュー

								1(日)	
2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)
御飯 味噌汁(ナメコ・三ツ葉) ほっけ漬け焼 じゃが芋の煮物 アスパラ土佐和え	御飯 味噌汁(白菜・絹サヤ) メンチカツ 切り干し大根の煮物 マカロニサラダ	御飯 味噌汁(板ふ・ワカメ) 鮭のムニエル みそごぼう キャベツとシラスのお浸し	御飯 味噌汁(エノキ・大根) 照り焼きチキン ポトフ ゆで卵とブロッコリーのサラダ	御飯 菜っぱ汁 さわらの和風マヨネーズ焼き ひじきの煮物 胡瓜と大根の胡麻梅だし和え	彩り冷やしソーメン 半ライス 油麩と鶏の煮物 オクラ土佐和え 七夕ゼリー	御飯 味噌汁(キャベツ、板ふ) 酢鶏 五目金平 冷や奴	御飯 味噌汁(あおさ海苔、油揚げ) 鯖の生姜煮 煮合え ほうれん草のお浸し	ハヤシライス 福神漬 ブロッコリーのごまマヨネーズ和え フルーツ(すいか)	御飯 味噌汁(じゃが芋・インゲン) 鶏肉の香味焼き 白菜と生揚げの炒め煮 パイナップルのコンポート
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)
御飯 味噌汁(岩海苔) 鮭の塩焼 高野豆腐の煮物 春雨サラダ	御飯 味噌汁(モヤシ・三ツ葉) チキンソテー キャベツとアサリの炒め煮 トマトサラダ	御飯 味噌汁(絹サヤ・椎茸) アジの南蛮漬け カニシューマイ ゴボウサラダ	冷やし中華 半ライス とうもろこし キャベツ漬け ラ・フランスゼリー	うな玉丼 お吸い物(花麩、みつ葉) 夕顔とみょうがの炒め煮 奈良漬 フルーツ(メロン)	御飯 味噌汁(ワカメ・油揚げ) マスの漬け焼 みそごぼう アスパラの胡麻和え	ロールパン クリームシチュー チキンナゲット グリーンサラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁(カブ・絹サヤ) 白カレイの煮付け ふきの炒め煮 きのこのおぼろ和え	御飯 味噌汁(豆腐・ネギ) 豚バラ焼き肉 海老と里芋の銀あんかけ 高野豆腐と鶏の胡麻和え	御飯 味噌汁(板麩、卵) 照り焼きハンバーグ キノコのオイスターソース炒め かぼちゃのクリーミーサラダ
30(月)	31(火)								
御飯 卵スープ(きくらげ・葱) 棒々鶏 ジャーマンポテト きのこおろし和え	稲庭うどん 半ライス 筑前煮 枝豆 アセロラゼリー								
御飯 味噌汁(岩海苔・トロ昆布) 鮭のチーズフライ がんも含め煮 ほうれん草のお浸し	御飯 味噌汁(モヤシ・人参) 鯖塩麹漬焼 レンコン金平 竹輪と胡瓜のピッコ和え	御飯 味噌汁(ワカメ・モヤシ) すき焼き 竹の子土佐煮 和風大根サラダ							

* 都合により献立を変更することがあります。