

2026年度 7月 献立表



日	27		28		29	30		31	
	月		火		水	木		金	
区分	献立名	食品名	献立名	食品名		献立名	食品名	献立名	食品名
昼食	肉じゃが	牛肉・じゃが芋 玉葱・人参 しらたき・生椎茸 グリーンピース	魚の ハーブ焼き	鮭・パセリ・塩胡椒 オリーブ油 レタス・トマト	お休み	鯖の 利休焼き	鯖・レモン・醤油 酒・アスパラ がんもどき	厚揚げの オイスターソース 炒め	厚揚げ・豚肉 玉葱・パプリカ ピーマン・しめじ
	そら豆と はんぺん煮	そら豆・はんぺん 枝豆	アスパラ ソテー	アスパラ・玉葱 パプリカ		野菜入り 厚焼き卵	玉葱・パプリカ ピーマン・卵	山芋の 塩麴炒め	山芋・ブナピー 小松菜 鰹節・醤油・塩麴
	ごまツナ 和え	小松菜・キャベツ 人参・ツナ 白ごま	キャベツと パインの サラダ	キャベツ・胡瓜 人参・パイン缶		春雨の 酢の物	春雨・若布 胡瓜・人参・生姜	しらす納豆	しらす干し 納豆・オクラ
	すまし汁	しめじ・玉葱 若布・細葱	パンプキン スープ	南瓜・玉葱 牛乳・パセリ		冬瓜 カレー汁	鶏ミンチ・冬瓜 エノキ・カレー粉 細葱	ニラスープ	玉葱 人参・コーン ニラ
	フルーツ		十六穀米 フルーツ			麦ご飯 フルーツ		フルーツ	

※献立・食品名については、都合により変更になる場合がありますことをご了承ください。

