



7月

# 週間献立表



レストラン  
ラベンダー

日	曜日	朝食	牛乳	週間献立表	おやつ	夕食
1	日	<b>じゃが芋のそぼろ煮</b> 朝飯めかぶ 赤かぶ漬け ご飯 みそ汁(白菜・ふのり)	牛乳	<b>サンドイッチ</b> ハムのマリネ ヨーグルトムースのみかん添え 野菜ときのこのスープ 	スイスロール	<b>和風ハンバーグ</b> セレクトメニューA・カスタードプリン B・わらび餅 カニサラダ ご飯 みそ汁(キャベツ・わかめ)
2	月	<b>ひじき煮</b> 温泉卵 しば漬け ご飯 みそ汁(油揚げ・小松菜)	牛乳	<b>豚肉と大根の味噌炒め</b> 蒸し焼売 きゅうりのナムル ご飯 みそ汁(卵・水菜)	ワッフル	<b>あじのムニエルタルタルソース添え</b> 付け合わせ(茄子・アスパラ) 大根なます うぐいす豆 ご飯 みそ汁(里芋・長ねぎ)
3	火	<b>ブロッコリーのそぼろあんかけ</b> 納豆 かぶの浅漬け ご飯 みそ汁(貝割れ・ふのり) 	牛乳	<b>メンチカツ</b> 付け合わせ(千切りキャベツ・赤たまねぎ) スパゲッティーサラダ マンゴーのコンポート ご飯 コンソメスープ(えのき・わかめ)	チーズブッセ	<b>肉豆腐</b> えのきとチンゲン菜のごま和え たくあん漬け ご飯 みそ汁(しめじ・三つ葉)
4	水	<b>ししゃもの焼き魚</b> 付け合わせ(大根おろし・桜海老) さつま揚げの煮物 味付けのり ご飯 みそ汁(玉ねぎ・なす)	牛乳	<b>マーボー豆腐</b> ひじきサラダ ササミとわかめの中華和え ご飯 みそ汁(さやえんどう・大根)	ストロベリーババロア	<b>海老の卵とじ</b> ほうれん草ともやしのおひたし はりはり漬け ご飯 みそ汁(油揚げ・にら)
5	木	<b>ふき炒め</b> とろろ芋 大根の即席漬け ご飯 みそ汁(えのき・ふ)	牛乳	<b>七夕三色ご飯</b> 天の川サラダ パインとさくらんぼのコンポート コンソメスープ(オクラ・ピーマン) 	七夕ゼリー	<b>ほっけの白醤油漬け</b> 付け合わせ(菜の花・人参) 豆腐の野菜あんかけ 白菜漬け ご飯 味噌けんちん汁
6	金	<b>目玉焼き</b> 付け合わせ(ブロッコリー) 茄子の鍋しぎ 梅干し ご飯 みそ汁(小松菜・大根)	牛乳	<b>ササミフライ</b> 付け合わせ(カリフラワー・人参) マカロニサラダ フルーツポンチ ご飯 みそ汁(なめこ・長ねぎ)	抹茶ババロア	<b>蒸し鶏</b> かぼちゃの煮物 カリフラワーアイルランドドレッシングがけ ご飯 みそ汁(かいわれ・もやし) 
7	土	<b>高野豆腐の含め煮</b> アスパラマヨネーズがけ すじこ ご飯 みそ汁(いんげん・キャベツ)	牛乳	<b>登米丼</b> 菜の花の菜種和え 青かつぱ漬け お吸い物(えのき・花麩) 	葛まんじゅう	<b>赤魚の西京漬け焼き</b> 付け合わせ(小松菜・人参) 里芋の鶏そぼろあんかけ きのこのみぞれ酢 ご飯 さつま汁
8	日	<b>じゃが芋の金平</b> オクラ 桜漬け ご飯 みそ汁(さやえんどう・わかめ)	牛乳	<b>肉うどん</b> キャベツと竹輪のマヨネーズ和え バナナ 	クッキー	<b>セレクトメニューA・鶏肉の青紫蘇焼き</b> B・ひらすの味噌粕漬け焼き 付け合わせ(大根おろし・大葉) 小松菜の煮浸し かぼちゃサラダ ご飯 みそ汁(菜の花・生揚げ)