

昼食献立表

期 間：2026/8/1～2026/8/31

	日	月	火	水	木	金	土
							1
昼食							ご飯 鯖の漬け焼き カリフラワーカレーソテー わかめのゴマダレ和え 厚揚げしょうが焼き 漬物
	2	3	4	5	6	7	8
昼食	ご飯 豚すき焼き風 ミニおこのみやき チンゲン菜のごま和え 大豆甘煮 漬物	ご飯 かれいの味噌焼き シュウマイ ごぼうサラダ もやしの酢の物 漬物	ご飯 鶏の照り焼き麴風味 春菊としめじのお浸し 白菜の炒めもの かぼちゃの煮物 漬物	ご飯 めばるの塩焼き 三角春巻き ほうれん草ソテー れんこんの梅和え 漬物	ご飯 塩焼きそば しいたけ海老詰めフライ オクラの和え物 煮奴 漬物	ご飯 あじフライ 春雨の炒め物 なすのお浸し 小松菜のごま和え 漬物	ご飯 肉団子の甘酢あん 切干大根煮 とうもろこし香ばし蒸し ちくわごま和え 漬物
	9	10	11	12	13	14	15
昼食	ご飯 白身魚のクリームソース ささみ梅フライ 大根ゆかりかけ チンゲン菜の煮浸し 漬物	ご飯 ビーフカツ マカロニサラダ 小松菜のしょうが和え じゃがいも土佐煮 漬物	ご飯 あじの蒲焼き カリフラワーカレーソテー ひじき煮 春菊のお浸し 漬物	ご飯 豚肉となすみそ炒め イカメンチカツ 白菜とあげの煮浸し ほうれん草ポン酢かけ 漬物	ご飯 カレイの照り焼き ロールキャベツ インゲンとコーンのソテー 里芋の煮物 漬物	ご飯 鶏肉のスタミナ焼き コロケ わかめとかにかまの酢の物 ピーマンの炒め物 漬物	ご飯 いわしの煮付け 蒸し鶏の酢の物 おから煮 ブロッコリーのドレッシングかけ 漬物
	16	17	18	19	20	21	22
昼食	ご飯 豚ヒレカツ オムレツ ほうれん草のお浸し がんもどきの煮物 漬物	ご飯 タラの甘酢あんかけ れんこん挟み揚げ 高野豆腐の煮物 菜の花のピーナツ和え 漬物	ご飯 焼きうどん ささみロールフライ 海藻サラダ オクラの辛子和え 漬物	ご飯 めばるの塩焼き ミニお好み焼き ハムサラダ 里芋の煮物 漬物	ご飯 豆腐ハンバーグ 海鮮チヂミ レンコンの梅肉和え 人参ともやし中華炒め 漬物	ご飯 赤魚の漬け焼き シュウマイ 切干大根煮 小松菜の辛子和え 漬物	ご飯 豚肉の冷しゃぶおろしポン酢 おから煮 菜の花のちりめんかけ 粉ふき芋 磯辺和え 漬物
	23	24	25	26	27	28	29
昼食	ご飯 ブリの塩焼き 玉子サラダ包み揚げ れんこんの金平 チンゲン菜の煮浸し 漬物	ご飯 とんかつ 焼きビーフン 春菊とえのきの和え物 冷奴 漬物	ご飯 タラの香味焼き ピーマン肉詰めフライ ほうれん草のごま和え 煮豆 漬物	ご飯 鶏の西京焼き 切干大根の酢の物 こんにやくと竹輪の煮物 インゲンのソテー 漬物	ご飯 白身魚フライ オムレツ ひじきのサラダ 厚揚げの煮物 漬物	ご飯 ハムカツ マカロニサラダ 菜の花のお浸し 冬瓜のあんかけ 漬物	ご飯 鯖の味噌煮 三角春巻き カリフラワーソテー オクラのポン酢かけ 漬物
	30	31	※献立は仕入れの都合により変更になる場合がございます。				
昼食	ご飯 和風ハンバーグ スパゲッティ和風 揚げと牛蒡の煮物 わかめときゅうりの酢の物 漬物	ご飯 赤魚の甘塩焼き 大根と鶏肉の煮物 小松菜の炒め物 こんにやくの白和え 漬物					

072-842-2222