
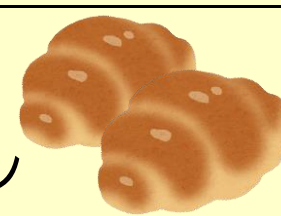
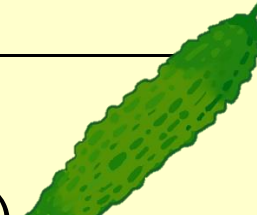

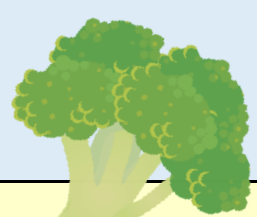
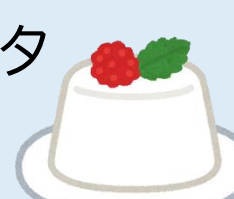




週間献立表

	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 玉葱とハムのソテー ピーナツバター和え ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 ミートボールの照り煮 辛子和え ふりかけ(御飯の友)	ご飯(80g) 味噌汁 里芋のそぼろ煮 塩昆布和え(ピーマン) ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 厚揚げの生姜炒め 小松菜のおひたし 梅びしお	ご飯(80g) 味噌汁 ひじき煮 もろみ和え(キウリ) ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 高野豆腐の煮物 おかか和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 南瓜の昆布煮 もやしとじゃこの和え物 ふりかけ(たまご)
昼食	ご飯(80g) 赤魚の煮付け ぼん酢和え(オクラ・柚子) キウイ 呉汁	 赤飯 鶏肉のくわ焼き 酢醤油和え 黄桃缶 すまし汁(なめことわかめ)	 ロールパン キッシュ 人参サラダ マスカットゼリー コンソメスープ	ご飯(80g) 牛しゃぶおろしポン酢 南瓜のごま煮 白桃缶 味噌汁(揚げ・なす)	ご飯(80g)  魚の味噌チーズ焼き ゴーヤ入きんぴら バナナ すまし汁(かまぼこ)	稲荷寿司 七夕そうめん 天ぷら 焼きなす 七夕ゼリー かき玉汁 	ご飯(80g) 豚肉の中華風ステーキ 中華風いりたま ぶどうゼリー 中華スープ
おやつ	牛乳 ババロア 	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 黒糖しっとりまんじゅう	牛乳 パンナコッタ 	牛乳 今川焼き	牛乳 水まんじゅう	牛乳 抹茶あずきケーキ
夕食	ご飯(80g) 牛肉の香味炒め マヨネーズ和え(ブロッコリー) フルーツカクテル すまし汁(里芋と人参)	ご飯(80g) アジのみぞれ煮 なすの味噌炒め りんご 野菜汁	ご飯(80g) 豚肉と根菜の炒め煮 梅肉和え マンゴー すまし汁(はんぺん)	ご飯(80g) 煮魚 もやしの和え物 キウイ すまし汁(おつゆ麩)	ご飯(80g) 鶏肉と夏野菜の煮物 ピーナツ和え(インゲン) 黄桃缶 すまし汁(大根とかいわれ)	ご飯(80g) 牛肉と里芋の煮物 ナムル みかん缶 すまし汁	ご飯(80g) さつま焼き 明太和え(小松菜) りんご すまし汁(冬瓜)

