献立表

	7/7（月）	7/8（火）	7/9（水）	7/10（木）	7/11（金）	7/12（土）	7/13（日）
朝	米飯 味噌汁(小松菜・ナメコ) さつま芋の煮物 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(じゃが芋・エノキ) ぜんまい煮 牛乳 明太子風味ソース	米飯 味噌汁(ほうれん草・油揚げ) 切干大根の煮付け 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 五目金平 牛乳 玉子風味ソース	米飯 味噌汁(白菜・シメジ) がんもの含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(南瓜・葉大根) 卯の花の炒り煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(玉ねぎ・エノキ) 筑前煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯ハーフ　【七夕】 七夕そうめん いこみ高野 七夕ゼリー	米飯　【チキン南蛮の日】 清汁(豆腐・ねぎ) 手作り 手作りチキン南蛮 ひじき煮 ミカン缶	米飯 中華スープ 八宝菜 蟹焼売 パイン缶	米飯　【冬瓜の日】 味噌汁(キャベツ・舞茸) 鯵の竜田揚げ 生冬瓜の煮物 バナナ	米飯 清汁(厚揚げ・ねぎ) 白身魚のチーズピカタ キャベツとベーコンの炒め煮 ブドウムース	米飯 コンソメスープ 手作り 手作りピーマンの肉詰め じゃが芋とウインナーのコンソメ煮 手作りカフェオレゼリー	米飯 味噌汁(小松菜・ナメコ) 三色そぼろ 大根の煮物 リンゴ缶
夕	米飯 味噌汁(厚揚げ・ワカメ) 鶏肉の照焼 五目大豆 インゲンの海苔佃煮和え	米飯 味噌汁(南瓜・油揚げ) 赤魚の煮付 ジャーマン里芋 キャベツのゆかり和え	米飯 味噌汁（蕪・ナメコ） 鶏肉の青じそまぶしソテー 蓮根の煮物 モヤシの胡麻ドレ和え	米飯 味噌汁(さつま芋・ワカメ) タンドリーチキン きのこソテー スナップエンドウの梅マヨ和え	米飯 中華スープ 豚キムチ チヂミ 春雨サラダ	米飯 味噌汁(切麩・貝割れ) 鱒の柚子味噌焼 白菜の煮浸し 冷奴	米飯 味噌汁(豆腐・ねぎ) メバルと素麺の煮付 大学芋 二色和え
おやつ	七夕饅頭	カルシウムヨーグルト	かっぱえびせん	スーパーカップ(バニラ)	どらやき(ずんだ)	カントリーマアム2枚	吹雪饅頭

「七夕そうめんを食べると大病にかからない」として、7月7日にそうめんを食べる文化が普及したそうです。
そうめんが行事食となった伝説の由来や言い伝えにちなんで7月7日がそうめんの日となりました。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります