



献立表

	6/29(月)	6/30(火)	7/1(水)	7/2(木)	7/3(金)	7/4(土)	7/5(日)
朝	米飯 味噌汁(小松菜・シメジ) がんもの含め煮 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(さつま芋・エノキ) 鶏肉のすき煮 牛乳 味付けのり	米飯 味噌汁(ほうれん草・油揚げ) 里芋の含め煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(豆腐・豆苗) 白菜の煮浸し 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・ネギ) きんぴらごぼう 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(里芋・ワカメ) ぜんまい煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(豆腐・シメジ) 肉じゃが 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 中華スープ 韓国風甘辛鶏 餃子 パインムース	米飯 コンソメスープ 鰯の米粉ムニエル ペンネのケチャップ炒め ブロッコリーのピーナッツマヨ和え	米飯 味噌汁(白菜・シメジ) メンチカツ 冬瓜の水晶煮 ピーチムース	米飯ハーフ【うどんの日】 ころうどん 竹輪の磯辺揚げ 手作りグレープゼリー 	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 海鮮ビーフン炒め 蓮根の煮物 オレンジ	米飯 コーンスープ 魚の香草パン粉焼き ナスのミートソース炒め 手作りコーヒゼリー	米飯【きな粉の日】 中華スープ 油淋鶏 青梗菜の炒め物 手作りきな粉牛乳寒天
夕	米飯【佃煮の日】 味噌汁(南瓜・油揚げ) 冷しゃぶ 手作り佃煮 インゲンの柚子胡椒和え	米飯 味噌汁(厚揚げ・ワカメ) 干しエビの卵焼き キャベツとツナの煮物 カクテル缶	米飯 清汁(切麩・ネギ) 鶏肉のずんだ味噌焼き 南瓜の含め煮 オクラのカニカマ和え	米飯 味噌汁(南瓜・貝割れ) 変わり親子煮 白はんぺんの煮物 長いもの生姜和え	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 松風焼き さつま芋のレモン煮 モヤシとほうれん草のお浸し	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) 鶏肉の照り焼き 小松菜の煮浸し トマトのマヨネーズ添え	米飯 味噌汁(さつま芋・貝割れ) 鱈の幽庵焼き 角麩の煮物 白菜の塩昆布和え
おやつ	柔らかおかき(砂糖醬油味)	バウムクーヘン	マリービスケット	スイスロール(イチゴ)	まがりせんべい	牛乳ドーナツ	パンケーキ(黒糖きな粉)



夏至から数えて11日目、7月2日～7月7日までの期間を”半夏生”といいます。農作業の大切な目安として田植えは夏至の後半夏生に入る前までに終わらせるのが良いとされ、田の神様に感謝をします。

※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