

7月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日
				三元豚ローストンカツ ピーナツ和え ツナポテト 華詩 黄桃缶 257 kcal	酢豚 オムレツ 焼きビーフン フルーツMIX缶 160 kcal
4日	5日	6日	7日	8日	9日
ハンバーグ ポテトサラダ コンソメ煮 切り出し豚 ミカン缶 197 kcal	さわら西京焼き ソース炒め 切干大根の煮物 りんごブチケーキ 146 kcal	イカメンチ フレンチサラダ 大葉みそ炒め 半月かまぼこ パイン缶 229 kcal	豆腐ハンバーグ 甘酢和え ブルコギ風 いちご杏仁豆腐 185 kcal	鶏肉の唐揚げ 春雨中華 中華旨煮 人参さつまちゃん リンゴダイス缶 218 kcal	かき揚げ ごぼうサラダ 豚丼風煮 玉子焼き 194 kcal
11日	12日	13日	14日	15日	16日
魚の唐揚げ 和風スパゲティ ミートボールハヤシ マンゴープリン 219 kcal	合い挽きメンチカツ 青しそサラダ ひじきの炒め煮 タコウィンナー キャンディチーズ 179 kcal	野菜コロッケ 棒々鶏風 塩焼き肉 ブドウのダイスゼリー 232 kcal	ほっけ塩焼き 中華サラダ カレーじゃが煮 カニしぐれ 黄桃缶 164 kcal	豚ロース生姜焼き 海藻サラダ 麻婆茄子 パイン缶 155 kcal	チキンステーキ イタリアンサラダ 昆布の煮物 半月かまぼこ りんごブチケーキ 134 kcal
18日	19日	20日	21日	22日	23日
海の日 	豆腐ステーキ マカロニサラダ いりどり リンゴダイス缶 138 kcal	チキン唐揚げ オムレツ 春雨の炒め物 切り出し豚 いちご杏仁豆腐 151 kcal	エビフライ ナポリタン 回鍋肉風 ミカン缶 164 kcal	ヒレカツ フレンチサラダ カレー タコウィンナー マンゴープリン 229 kcal	豚肉の焼き肉 ケチャップ炒め 中華旨煮 キウイフルーツ 197 kcal
25日	26日	27日	28日	29日	30日
ハンバーグ 海藻サラダ ツナ切干大根 キャンディチーズ 132 kcal	イカフライ 春雨サラダ しぐれ煮 人参さつまちゃん 黄桃缶 185 kcal	サバの塩焼き マカロニサラダ 酢豚 パイン缶 232 kcal	コーンフライ むき玉子 すき焼き風煮 タコウィンナー グレープフルーツ 195 kcal	トマト包みメンチ カレー風味サラダ 焼き肉 フルーツMIX缶 235 kcal	白身魚フライ 酢味噌和え そぼろ煮 カニしぐれ ぶどうのダイスゼリー 135 kcal

仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス
 ☎ (554)1612 FAX(553)7959