

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 | 3日 | 4日 |
| | | サバの塩焼き 和風サラダ おかか炒め 人参さつまちゃん いちご杏仁豆腐 119kcal | 豆腐ハンバーグ ゆかい和え 豚肉の照り焼き みかん缶 112kcal | わかめごはん オムレツ 甘酢和え 茄子の味噌炒め パイ缶 105kcal | メンチカツ ソテー 大根の煮物 オレンジ 149kcal |
| 6日 | 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 |
| 鶏肉の西京焼き ごまだしサラダ ひじき煮 マンゴープリン 123kcal | ハンバーグデミソース イタリアンサラダ じゃが煮 半月かまぼこ りんごダイス缶 127kcal | 野菜コロッケ ナムル風 蓮根金平 はちみつレモンゼリー 135kcal | マスの塩焼き ポテトサラダ トマト煮 豚スライス いちご杏仁豆腐 101kcal | コーンクリームコロッケ 酢味噌和え 煮浸し みかん缶 112kcal | 白身天ぷら 野菜炒め しぐれ煮 黄桃缶 120kcal |
| 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 |
| とんかつ 南瓜サラダ カレー 花かまぼこ パイ缶 195kcal | ホッケ塩焼き ごま和え フルコギ風 マンゴープリン 102kcal | ミートボール 中華サラダ コンソメ煮 カニしぐれ りんごダイス缶 158kcal | おさつフライ 中華風甘酢 ポークチャップ はちみつレモンゼリー 170kcal | チキンリングフライ のり塩ポテト 切干大根煮 人参さつまちゃん いちご杏仁豆腐 175kcal | トマトコーンフライ お浸し 高野豆腐の煮物 グレープフルーツ 146kcal |
| 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 |
|  | 蒸し餃子 ごま味噌和え 金平ごぼう 豚スライス みかん缶 110kcal | 豆腐ハンバーグ 昆布和え 豚丼風 パイ缶 102kcal | 鶏の唐揚げ 酢の物 中華旨煮 半月かまぼこ マンゴープリン 154kcal | 玉葱メンチカツ 根菜サラダ キーマカレー りんごダイス缶 198kcal | 南瓜コロッケ フレンチサラダ ごま炒め キウイフルーツ 135kcal |
| | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | 31日 |
| マスの塩焼き サラダ 麻婆豆腐 カニしぐれ はちみつレモンゼリー 111kcal | ポテトコロッケ 酢の物 ひじき煮 いちご杏仁豆腐 138kcal | ソースとんかつ ゆかい和え チャンフルー風 人参さつまちゃん みかん缶 174kcal | 白身天ぷら 大根サラダ 味噌金平 パイ缶 119kcal | パンフレッキッシュ 海藻サラダ ツナ切干大根煮 花かまぼこ マンゴープリン 103kcal | |

☆仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

* 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