


令和 5年 7月度 やっとかめ献立表

<p>31日(月) 土用の丑 鰻のかば焼き もやしの酢味噌和え 肉じゃが お吸い物・みかん 大福</p>	 <p>ささのほ さらさらのきばにゆれる おほしさま きらきら きんぎんすなご♪ 星に願いを...</p>					<p>1日(土) 棒棒鶏 じゃが芋塩昆布和え 茄子とズッキーニトマト煮 味噌汁・キウイ バナナミルクプリン</p>
<p>3日(月) 誕生日会 天婦羅盛合せ 茶碗蒸し 茗荷と茄子の甘酢和え 吸物・赤飯・メロン ロールケーキ</p>	<p>4日(火) 鮭のネギソースかけ 法蓮草の山掛け さつま芋の塩キンピラ けんちん汁・バナナ 珈琲ゼリー</p>	<p>5日(水) ポテトガトーインビジブル スパサラ もやしツナ青のり和え コーンスープ・黄桃 フルーツゼリー</p>	<p>6日(木) 牛肉と牛蒡オイスター炒め キャベツおかか和え ジャガバタコーン 味噌汁・スイカ バナナ蒸しパン</p>	<p>7日(金) 七夕会 ちらし寿司 七夕ソーメン 茶碗蒸し・芋天 豚汁・洋梨 おやつ作り</p>	<p>8日(土) ゴーヤチャンプルー オクラ梅肉和え 竹輪の磯部揚げ ワカメスープ・パイン 水ようかん</p>	
<p>10日(月) 白身魚イタリアンフリット 小松菜とさつま揚げ辛し和え なめ茸おろし モロヘイヤスープ・ぶどう ブルーベリーケーキ</p>	<p>11日(火) 豚ともやしの中華炒め 豆腐の照り焼き 春雨サラダ 中華スープ・スイカ みたらし団子</p>	<p>12日(水) 冷やし中華 肉じゃが モロヘイヤお浸し 味飯・味噌汁・マンゴー プリン</p>	<p>13日(木) 鮭の南蛮漬け ソーメンサラダ 長芋の梅肉和え 味噌汁・ライチ バームクーヘン</p>	<p>14日(金) 鶏と茄子味噌炒め 五目おから ピーマン焼浸し 味噌汁・洋梨 甘納豆蒸しパン</p>	<p>15日(土) 山形だしのせソーメン 豚生姜焼き 五目ひじき煮 味飯・味噌汁・チェリー さつま芋きな粉和え</p>	
<p>17日(月) 海の日 高野の酢豚風 胡瓜と木耳の胡麻和え 鶏団子の卵とじ 味噌汁・フルーツミックス スイカ割り</p>	<p>18日(火) ビーフストロガノフ 切干大根甘酢煮 マカロニサラダ ポタージュスープ・白桃 フレンチトースト</p>	<p>19日(水) ブリの味噌漬け焼き 長芋のたらこ和え 茄子の揚げ煮 貝汁・バナナ パイナップルケーキ</p>	<p>20日(木) 鶏と夏野菜揚げ浸し カニと卵のオイスター炒め 海老焼売 味噌汁・スイカ フルーツポンチ</p>	<p>21日(金) 冷やしつけ麺 オクラのおろし和え 厚揚げの味噌煮 お稲荷・杏仁豆腐 なごやん</p>	<p>22日(土) やっとかめ喫茶 ミックスフライ アボカドささ身サラダ 豆腐のオイスター煮 味噌汁・オレンジ</p>	
<p>24日(月) 鱈の五目野菜のせ 五目おから 青菜とお揚げ煮 貝汁・スイカ 水ようかん</p>	<p>25日(火) 白身魚のケチャ炒め 南瓜煮 大根と茗荷の酢の物 かきたま汁・みかん あんみつ</p>	<p>26日(水) 和風おろしハンバーグ 胡瓜と厚揚げバタポン炒め ナポリタンスパ 白ネギスープ・メロン わらび餅</p>	<p>27日(木) スタミナ炒め じゃこおろし 厚揚げと牛蒡煮 味噌汁・キウイ アイスクリーム</p>	<p>28日(金) 赤魚の煮つけ 春雨サラダ 肉じゃが 味飯・豚汁・バナナ ベイクドチーズケーキ</p>	<p>29日(土) 夏野菜カレー 胡瓜のヨグルトサラダ 人参キンピラ コンソメスープ・ぶどう アップルパイ</p>	