

2026年7月分献立表 (夕食)

月曜日		7月6日	7月13日	7月20日 祝日	7月27日
		かじき和風ソテー ごぼう味噌炒め 大根サラダ 相馬漬け バナナ	豚肉冷しゃぶ 夏野菜の含め煮 トマトサラダ らっきょう コーヒー寒天	かれいのから揚げ ちくわと胡瓜の胡麻和え 小松菜煮浸し 桜大根 水ようかん	鶏肉とトマト煮 冬瓜のカニあんかけ ツナとしそのスパサラダ つぼ漬け ヨーグルト寒天
火曜日		7月7日	7月14日	7月21日	7月28日
		天ぷら(エビ) しめじと油麩の卵とじ 中華なます 桜大根 梅酒寒天 枝豆ご飯	目抜け味噌漬け焼き 筑前煮 コールスローサラダ 相馬漬け 牛乳寒天	すき焼き風煮 マカロニサラダ 青菜と人参のお浸し 柴漬け キャロットジュース寒天	塩鮭の照り焼き かぼちゃのそぼろあん もやしと人参のお浸し 相馬漬け すいか
水曜日		7月1日	7月8日	7月15日	7月22日
		鶏肉オープン焼き ハムサラダ キャベツとしその辛子和え 昆布佃煮 リンゴジュース寒天	豚肉生姜焼き がんもと昆布の煮つけ おかひじきの胡麻和え つぼ漬け オレンジジュース寒天	あじの大葉と梅揚げ ぜんまいの煮つけ インゲン菜種和え 桜大根 パイナップル	鶏胸肉と青しそのゆず胡椒和え ラタトゥイユ 油揚げと大根サラダ 胡瓜の浅漬け ぶどうジュース寒天
金曜日		7月29日	7月29日	7月29日	7月29日
		和風トンカツ ブロッコリーサラダ ひじきの煮つけ 白菜漬け 枝豆	和風トンカツ ブロッコリーサラダ ひじきの煮つけ 白菜漬け 枝豆	和風トンカツ ブロッコリーサラダ ひじきの煮つけ 白菜漬け 枝豆	和風トンカツ ブロッコリーサラダ ひじきの煮つけ 白菜漬け 枝豆
金曜日		7月3日	7月10日	7月17日	7月24日
		さばの味噌煮 肉じゃが ピーマンじゃこ炒め 柴漬け 紅茶寒天	さんま塩焼き 揚げなすのそぼろあん 切干大根煮 たくあん ヨーグルト寒天	鶏ときのこの塩麴炒め 卵豆腐 わかめとカニかまの酢の物 高菜漬け リンゴジュース寒天	冷やし中華 ビーンズサラダ さつま芋と切り昆布に煮つけ 冷やし中華のたれ
金曜日		7月31日	7月31日	7月31日	7月31日
		松風焼き 人参の天ぷら もやしのナムル たくあん カルピス寒天	松風焼き 人参の天ぷら もやしのナムル たくあん カルピス寒天	松風焼き 人参の天ぷら もやしのナムル たくあん カルピス寒天	松風焼き 人参の天ぷら もやしのナムル たくあん カルピス寒天

交通事情や天候状況により、配達が遅くなる場合があります。

高齢者配食サービス

☎ 308の5030

材料等の調達が出来なかった場合などメニューが一部かわることをご了承ください。お弁当は早めに食べてください。すぐに食べないときは、冷蔵庫に保管ください。