

# 🌸 7月の献立表 🌸

令和3年度光愛りんごハウス

月	火	水	木	金
12 26	13 27	14 28	15 29	2 16 30
中華丼 トマトのさっぱり和え わかめと豆腐の味噌汁	白ごはん 里芋と豚肉の照り焼き 和風マヨサラダ さつま揚げの味噌汁	白ごはん フィッシュ南蛮 きゅうりのゆかい和え ズッキーニのスープ	白ごはん ポン照りチキン 大葉とツナのサラダ わかめスープ	白ごはん 卵焼き マロニーの炒め物 オクラのすまし汁
5 19	6 20	7 21	8	9
タコライス コロコロサラダ 夏野菜のスープ	6日鮭の混ぜご飯 / 20日白ごはん 塩しモンから揚げ / コーンのさつま揚げ 切り干し大根の和風和 / 塩昆布の和え物 七夕そうめん / 厚揚げの味噌汁	白ごはん ひき肉の鉄板焼き 彩りサラダ かまぼこのすまし汁	白ごはん 鮭の塩バター焼き マカロニサラダ 豚汁	白ごはん メンチカツ しらすのポン酢サラダ きのこの味噌汁

メニューの下の欄にその日の食材を載せてありますが、在庫の関係で少し食材が変更する場合があります。御了承ください。

6日(フル開きの日)メニューの分量など知りたい方は、いつでも声をかけてくださいね。