夕食献立表

2025年
7月1日～7月31日

行事良

19日(土)土用の丑の日

1日(火)

魚のあんかけ
ブロッコリーのオリーブ炒め
スパゲッティサラダ
白菜の味噌汁
御飯

2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)
鶏の照り焼き	魚の梅しそ焼き	豚肉と野菜の生姜焼き	魚の酢豚風	豚の味噌焼き	鶏の唐揚げ
もやしとニラの炒め物	市松煮	ひじき煮	じゃが芋のきんぴら	チャプチェ風	ナポリ風スパゲッティ
サウザンサラダ	ゴマ和え	かぼちゃサラダ	みょうがの和え物	ピーナッツ和え	オクラと山芋のサラダ
厚揚げの味噌汁	キャベツの味噌汁	すまし汁	しめじの味噌汁	ワカメの味噌汁	麩の味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
魚の幽庵焼き	お好み焼き	油淋鶏	麻婆厚揚げ	鮭フライ	鶏のレモン焼き
ジャーマンポテト	高菜炒め	ちくわと昆布の煮物	イカとアスパラの炒め物	肉団子のケチャップ煮	ナスとオクラの炒め物
大豆サラダ	茶そばサラダ	チョレギサラダ	人参とワカメの酢の物	おかか和え	もやしときゅうりのツナナムル
もやしの味噌汁	すまし汁	エノキの味噌汁	中華スープ	ニラの味噌汁	すまし汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
とり天	焼きそば	回鍋肉	肉じゃが	魚のトマトソース	散らし寿司
じゃこピーマン	じゃが芋明太	厚揚げのエノキ煮	ビーフン	大豆の五目煮	筑前煮
カリフラワーのカレー酢	青菜の磯和え	トマトのマリネ	オクラとお豆のサラダ	ナムル	みょうがの和え物
すまし汁	麩の味噌汁	ワカメスープ	なめこの味噌汁	麩の味噌汁	すまし汁
御飯	混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯	水羊羹

20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
豚肉と厚揚げのカレー炒め	魚の西京焼き	鶏のハニーマスタード焼き	魚の生姜煮	牛肉のおろし煮	ささみの磯香揚げ
ナスの煮浸し	人参しりしり	高野豆腐の含め煮	ピーマンとじゃが芋のオイスター炒め	かぼちゃのきんぴら	ひじきと大豆の煮物
源平なます	レンコンのサラダ	ゴボウサラダ	チンゲン菜のゴマ酢和え	しめじのポン酢和え	辛子和え
すまし汁	青菜の味噌汁	すまし汁	大根の味噌汁	キャベツの味噌汁	もやしの味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
チンジャオロース	白身フライ	麻婆茄子	ミートローフ	魚のカレームニエル	エビフライ
じゃが芋とツナの煮ころがし	小松菜とちくわの炒め煮	大学芋	明太子スパゲッティ	ナス田楽	里芋のあんかけ
キャベツときゅうりのゴマ油揚げ	ワカメの酢の物	春雨の中華サラダ	人参ラペ	山芋の酢の物	ぬた和え
中華スープ	かぼちゃの味噌汁	ワカメスープ	コンソメスープ	もやしの味噌汁	麩の味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。
夕食は午後7時までにお召し上がりください。

(有)ゴールデン・エイジ・サービス
TEL 255-2005