

昼食献立表

2025年

7月1日～7月31日

行事食

19日(土)土用の丑の日

1日(火)

ミートローフ
青菜の中華炒め
クラゲの酢の物
ワカメスープ
御飯

2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)
とんかつ	焼きうどん	牛肉と厚揚げの甘辛煮	鶏のハニーマスタード焼き	白身フライ	豚南蛮そば
チリコンカン	炊き合わせ	ナス田楽	冬瓜と油揚げの煮物	里芋のあんかけ	かき揚げ
きゅうりとワカメのツナサラダ	源平なます	もやしの中華和え	カニカマの酢の物	人参のマリネ	キャベツのしば漬け和え
すまし汁	しめじの味噌汁	麩の味噌汁	すまし汁	かぼちゃの味噌汁	つゆ
御飯	混ぜ御飯	御飯	御飯	御飯	ワカメ御飯

8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
棒棒鶏	魚のおろし煮	ポークチャップ	タラのパン粉焼き	ブルコギ風	魚の竜田揚げ
レンコンのきんぴら	キャベツの生姜炒め	白菜とツナの煮浸し	マカロニソテー	かぼちゃ煮	糸コンのタラコ炒め
桜エビの酢の物	小松菜の野沢菜風	かぼちゃとさつま芋のサラダ	しらすとキャベツの和え物	春雨の中華サラダ	海藻サラダ
すまし汁	さつま芋の味噌汁	すまし汁	コンソメスープ	なめこの味噌汁	キャベツの味噌汁
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)
ハンバーグ	魚の唐揚げ	豚肉のゴマ味噌焼き	魚の磯辺焼き	八宝菜	アジの香草パン粉焼き
さつま芋煮	ひじき煮	春雨の炒め物	若竹煮	ブロッコリーのオリーブ炒め	冬瓜のカニカマあんかけ
スパゲッティサラダ	切干とほうれん草のサラダ	タコの酢の物	もやしとハムのサラダ	貝柱の酢の物	きゅうりの生姜酢
ワカメスープ	すまし汁	しめじの味噌汁	すまし汁	中華スープ	お吸い物
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	赤飯

20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
魚のあんかけ	鶏のこってり煮	きつねうどん	とんかつ	魚の甘酢風	魚の照り焼き
菜の花と油揚げの煮物	エビの春雨煮	かき揚げ	切干大根	青菜と厚揚げの炒め物	ナスとピーマンの炒め物
カリフラワーの甘酢	小松菜の梅とろろ昆布和え	キャベツのゆかり酢	ちくわの酢の物	はりはり漬け	ワカメと春雨の酢の物
椎茸の味噌汁	すまし汁	つゆ	里芋の味噌汁	ワカメの味噌汁	ニラの味噌汁
御飯	御飯	炊き込み御飯	御飯	御飯	御飯

26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
魚の南蛮	鶏のケチャップ煮	魚の塩麹焼き	チキンカツ	牛肉と厚揚げの甘辛煮	瓦そば
フキと厚揚げの炒り煮	レンコンのきんぴら	厚揚げのエノキ煮	切干とひじきの煮物	キャベツの生姜炒め	ちくわの天ぷら
かぼちゃとさつま芋のサラダ	オクラとなめ茸の和え物	茶そばサラダ	ピーナッツ和え	ブロッコリーの梅おかか和え	キャベツのしば漬け和え
すまし汁	コンソメスープ	すまし汁	ナスの味噌汁	すまし汁	つゆ
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	生姜御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。
昼食は午後2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