



ランチ  
550円

## 7月献立表

		献立				献立	
3日	火	白身魚のムニエルとかりかりポテ ブロッコリーと炒り卵のサラダ ごはん、みそ汁		18日	水	白身魚野菜あんかけ 厚揚げと青菜の煮物 ごはん、みそ汁	
4日	水	バンブークラブ		19日	木	豚甘辛煮と葉野菜のサラダ なすの田舎煮 香の物 ごはん、みそ汁	
5日	木	鮭の焼き南蛮 かぼちゃ煮つけ きゅうりの浅漬け ごはん、みそ汁		20日	金	赤魚の煮つけ マカロニサラダ ごはん、みそ汁 デザート	
6日	金	野菜のちくわ巻きフライ ～サラダ添え 冷奴 ごはん、みそ汁		21日	土	蒸し鶏ねぎソース和え ピーマンきんぴら かぼちゃサラダ ごはん、みそ汁	
7日	土	夏野菜とミンチのカレーマヨ丼 レタス豆腐わかめサラダ コーヒーゼリー		24日	火	ちらし寿司 にゅう麺 水ようかん	
10日	火	ホイコーロー 中華サラダ 卵スープ ごはん		25日	水	やわらか酢豚 にら卵炒め ごはん、みそ汁	
11日	水	豆腐ハンバーグ サラダ スープ、ごはん デザート		26日	木	生姜たっぷりハンバーグ もやしのゆかり和え おかかピーマン ごはん、みそ汁	
12日	木	蒸どりのサラダ なすのきんぴら 佃煮 ごはん、みそ汁		27日	金	夏野菜とチキンのトマト煮 レタス豆腐サラダ 佃煮 ごはん、みそ汁	
13日	金	冬瓜と厚揚げの煮物 ～半熟煮卵添え しらすと青じその冷奴 ごはん、みそ汁		28日	土	豚しゃぶレタス和え にんじんと薩摩揚げの煮物 佃煮 ごはん、みそ汁	
14日	土	鯖の塩焼トマトソース ピーマンの塩昆布和え おかかこんにゃく ごはん、みそ汁		31日	火	ガパオライス 青じそとひじきのサラダ デザート	
17日	火	鯖と豆腐ねぎの煮つけ きゅうりとわかめの酢の物 ごはん、みそ汁 デザート					



この日は、玄米(榎谷の松本産)ご飯です。

全品材料から手作りしていま  
す(香物のぞく)  
安心・安全がモットーです



※店内にメニュー表がありますので  
お持ち帰りください。