

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
ソーキそば おにぎり 胡麻和え フルーツ	豚丼 カボチャ煮 漬物 すまし ヨーグルト	炊き込みご飯 魚汁 野菜炒め 酢の物 フルーツ	ごはん ゴーヤチャンフルー なめこおろし 味噌汁 フルーツ	ごはん サンマの塩焼き ウンチー炒め すまし フルーツ	冷やしソーメン 巻きずし 野菜炒め ゼリー
おやつ 大学芋	おやつ マーブルケーキ	おやつ お好み焼き	おやつ ウムニー	おやつ くずもち	おやつ どらサンド
9日	10日	11日	12日	13日	14日
ごはん 魚のチーズフライ サラダ アスパラ炒め スープ ヨーグルト	冷やし中華 いなり スープ フルーツ	あわごはん 酢どり 春雨サラダ すまし マンゴプリン	ごはん 豚肉のみそ焼き ピーマンソテー ポテトサラダ すまし フルーツ	ごはん 揚げ魚の薬味ソース 大根サラダ 卵の花炒め 味噌汁 フルーツ	ごはん クリームシチュー ごぼうサラダ ジュース フルーツ
おやつ 黒棒	おやつ サターアングリー	おやつ バナナケーキ	おやつ かぼちゃ蒸しパン	おやつ ココアマフィン	おやつ ポーポー
16日	17日	18日	19日	20日	21日
マーボー丼 大根炒め 味噌汁 フルーツ	ごはん 豆腐ハンバーグ マッシュポテト 冬瓜ウンズサー すまし	ごはん ソーキのケチャップ煮 サラダ スープ ヨーグルト	ごはん サバの味噌煮 人参しりしりー おろし和え すまし フルーツ	うな玉丼 ゆず和え すまし ゼリー	ポーク卵そば ジュシー 辛し和え フルーツ
おやつ ちんすこう	おやつ 黒糖蒸しパン	おやつ 黄な粉マドレーヌ	おやつ じゃがもち	おやつ ちんびん	おやつ ヨーグルトケーキ
23日	24日	25日	26日	27日	28日
ごはん 牛肉のオイスター炒め 中華和え スープ 杏仁フルーツ	豆ごはん 鶏の梅醤油焼き キャベツサラダ 大根のどぼろあん 味噌汁 フルーツ	ごはん 西京焼き 温野菜 青菜とひじきの和え物 すまし フルーツ	ごはん 魚のパン粉焼き マリネ オクラ和え スープ フルーツ	タコライス 野菜炒め スープ ゼリー	ざるそば いなり 胡麻和え フルーツ
おやつ ガトーショコラ	おやつ 流しソーメン	おやつ 抹茶ケーキ	おやつ 和風マドレーヌ	おやつ ミニドッグ	おやつ ミニたい焼き
30日	31日	 <p style="text-align: center;">りゅうしん大東デイサービス</p> <p style="text-align: center;">7月 昼食献立表</p> 			
あわごはん 焼き肉風 サラダ モヤシ炒め すまし ゼリー	担々麺 おにぎり 中華和え フルーツ				
おやつ 誕生日会	おやつ リンゴケーキ				

★献立は、諸事情により変更になる事があります。ご了承下さい。