

7月1日(月) 【朝食】肉じゃが・ご飯・味噌汁・海苔・プリン



【夕食】豚肉生姜焼き・蓮根天・ご飯・味噌汁・すいか
(味噌ラーメンUP)



7月2日(火) 【朝食】コンポタ・サラダ・ポテト・パン・プリン・
リンゴジュース



【夕食】冷やし中華・餃子・ご飯・味噌汁・ワッフル
(麻婆茄子UP)



7月3日(水) 【朝食】出汁茶漬け・金平・卵焼き・カレー唐揚げ



【夕食】鶏のから揚げ・チャプチェ・ご飯・味噌汁
(パインアップルゼリーUP)



7月4日(木) 【朝食】たらこスパ・パン・サラダ・ポテト
リンゴジュース



【夕食】ハンバーグチーズソース・ご飯・スープ・パンケーキ
(メンチカツUP)



7月5日(金)【朝食】炊き込みご飯・豚汁・冷奴・ミニたい焼き



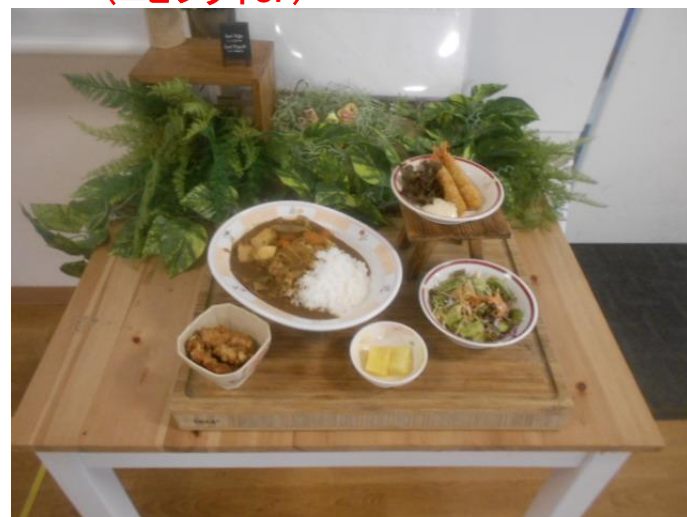
【夕食】イタリアン牛丼・みかん・ハッシュドポテト・味噌汁
(チヂミUP)



7月6日(土)【朝食】玉子&コロッケパン・ポテト・バナナ・
サラダ・OJ



【夕食】・甘口ポテトカレー・サラダ・デザート・唐揚げ
(エビフライUP)



7月7日(日)

【朝食】ジャーマン・サラダ・パン・ヨーグルト・リンゴジュース



【昼食】

冷やしかき揚げそば・ミ親子丼



【夕食】ヒレカツ・ポテトサラダ・ご飯・味噌汁
(豚肉じゃがUP)



7月8日(月)【朝食】目玉焼き・ベーコン・納豆・ひじき・味噌汁
デザート



【夕食】青椒肉絲・餃子・ご飯・味噌汁
(お好み焼きUP)



7月9日(火)【朝食】ホットドック(カレー)・ポテト・
ヨーグルト・オレンジジュース



【夕食】ポーク照焼き・サラダ・ご飯・味噌汁
(つけ麺UP)



7月10日(月)

【朝食】鯖塩焼き・冷奴・海苔・ご飯・味噌汁



【夕食】ゆで豚おろしポン酢・チーズコロッケ・ご飯・味噌汁
(皿うどんUP)

