



# 週間献立表



	7月1日 月曜日	7月2日 火曜日	7月3日 水曜日	7月4日 木曜日	7月5日 金曜日	7月6日 土曜日	7月7日 日曜日
朝食	和食 ご飯 スナップの和え物 洋風たまごじ 味噌汁	和食 ご飯 もやしのマリネ 冬瓜の煮物 味噌汁	和食 ご飯 青梗菜の和え物 マカロニソテー 味噌汁	和食 ご飯 きのこのソテー 茄子の和え物 味噌汁	和食 ご飯 青菜の和え物 スクランブルエッグ 味噌汁	和食 ご飯 小松菜の和え物 茄子の炒め物 味噌汁	和食 ご飯 さつま芋サラダ 青菜煮浸し 味噌汁
	洋食 パン スナップの和え物 果物 飲料	洋食 パン もやしのマリネ 果物 飲料	洋食 パン 青梗菜の和え物 果物 飲料	洋食 パン きのこのソテー 果物 飲料	洋食 パン 青菜の和え物 果物 飲料	洋食 パン 小松菜の和え物 果物 飲料	洋食 パン さつま芋サラダ 果物 飲料
昼食	A B ご飯 アジフライ	A B ご飯 かつおのたたき	A B ご飯 きじ焼き丼	A B ご飯 ポークカレー	A B ご飯 鮭のチャンチャン焼き	A B ご飯 牛肉の焼き肉風炒め	A B ご飯 鶏肉の和風炒め
	きのこのソテー 白菜サラダ 味噌汁	厚揚げの煮物 味噌汁	豆腐の生姜あん 春菊の和え物 すまし汁	ピーマンのサラダ デザート	カリフラワーの旨塩炒め 春雨のサラダ すまし汁	しろ菜の煮浸し 大根のドレ和え 味噌汁	いんげんのさっと煮 オクラ和え物 そうめん汁
	<b>* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。</b>						
夕食	ご飯 豆腐の中華風炒め煮 切干大根炒め煮 オクラの和え物 すまし汁	ご飯 散らし寿司(さけ) 南瓜の煮物 ほうれん草のさっぱり和え すまし汁	ご飯 ツナ玉焼き 大根の煮物 ブロッコリーのごま和え 味噌汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ビーフンの炒め物 もやしのナムル すまし汁	ご飯 ミートローフ 冬瓜煮 和風サラダ コンソメスープ	ご飯 エビフライ パプリカのさっと煮 チンゲン菜とツナの和え物 すまし汁	ご飯 赤魚香味だれ 高野豆腐の煮物 ブロッコリーの和え物 すまし汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいませようよろしくお願い致します。



■ セタにそうめんを食べる意味は「無病息災」 ■

そうめんは古代中国の時代、7月7日に亡くなった皇帝の子供に素餅(さくべい)を供えて熱病を鎮めたことが由来でこの説に基づいてそうめんには「無病息災」の意味があるとされています。そのため、七夕の日にそうめんを食べることで、一年健康に過ごせると言われています。

