

2025年7月 献立表

よこはまりバーサイド泉川のぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付		1	2	3	4
昼食		ご飯 ブリの照り焼き 里芋の煮物 味噌汁(まいたけ)	夏野菜カレー トマトサラダ ミルクスープ(豆苗)	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め マカロニサラダ 味噌汁(チンゲン菜)	パン チキンビーンズ チョコババロア チョコシロップかけ スープ(アスパラ)
カロリー/塩分		607kcal 2.4g	606kcal 2.4g	602kcal 2.6g	602kcal 3.1g
日付	7	8	9	10	11
昼食	サラダそうめん 鶏のから揚げ&ポテト フルーツポンチ	豚キムチ丼 キャベツの塩レモン和え とろける杏仁豆腐 味噌汁(なす)	パン マカロニトマトグラタン マスカットゼリー コンソメスープ(絹さや)	ご飯 鮭のチーズパン粉焼き ジャーマンポテト 味噌汁(しめじ)	焼きそば バニラババロア オレンジソースかけ じゃが芋の豆乳味噌スープ
カロリー/塩分	603kcal 2.2g	609kcal 2.3g	601kcal 3.3g	599kcal 2.5g	599kcal 2.6g
日付	14	15	16	17	18
昼食	タコライス 人参しりしり メロンムース スープ(かにかま)	冷しおろしうどん 鶏天&かき揚げ 抹茶ババロア 黒蜜かけ	ご飯 煮込みハンバーグ 大根サラダ クリームスープ(ブロッコリー)	カレーピラフ えびフライ はちみつヨーグルト コンソメスープ(エリンギ)	ご飯 鱈のピリ辛焼き はるさめの炒め物 味噌汁(わかめ)
カロリー/塩分	598kcal 2.9g	602kcal 2.5g	599kcal 1.9g	609kcal 2.5g	602kcal 2.5g
日付	21	22	23	24	25
昼食	パン チキンソテー オレンジハニーソース ぶどうゼリー スープ(えび)	ご飯 チキン南蛮 キャベツサラダ 味噌汁(里芋)	ご飯 白身魚のマッシュポテト焼き 切干大根サラダ おすい物(そうめん)	冷し中華(醤油ダレ) シューマイ オレンジゼリー 中華スープ(たけのこ)	ビビンバ丼 スパゲティサラダ(フレンドレ) マンゴープリン 中華スープ(ほうれん草)
カロリー/塩分	601kcal 2.8g	606kcal 1.9g	599kcal 2.1g	599kcal 3.3g	603kcal 2.2g
日付	28	29	30	31	
昼食	ご飯 麻婆なす ツナとじゃがいもの煮物 味噌汁(小松菜)	ご飯 トンカツ いんげんの白和え 味噌汁(南瓜)	トマトとツナの冷製パスタ 花野菜のカレーソテー ヨーグルトババロア ブルーベリーソースかけ オニオンコンソメスープ	ゆかりしらすご飯 豆腐ハンバーグ ひじきの五目煮 味噌汁(大根)	
カロリー/塩分	601kcal 2.7g	607kcal 2.4g	605kcal 2.3g	603kcal 2.8g	

仕入れ等の都合により献立を変更する場合がございますのでご了承ください。・太字は新メニュー&リクエストメニューになります