

ミライプロジェクト新瑞橋

令和8年 7月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		ご飯 お魚いろいろ 小鉢 味噌汁 450kcal	ご飯 きのごデミグラスハンバーグ 野菜のソテー オニオンコンソメスープ 597kcal	ご飯 牛焼肉 あさりとキャベツの生姜和え 味噌汁 417kcal	ご飯 さば味噌煮 チンゲン菜の煮浸し お吸い物 474kcal
		信田そば(温)	きつねうどん(温)	ぶっかけうどん(冷)	カレーライス
6	7	8	9	10	11
ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁 400kcal	ご飯 おろしポン酢ハンバーグ 小鉢 味噌汁 550kcal	ご飯 ささみフライ 北海道南瓜のクリーミー仕立て 味噌汁 535kcal	ご飯 たら塩麴焼き 肉じゃが 味噌汁 400kcal	ご飯 ミニチキン南蛮 さつま芋と豆昆布の和え物 味噌汁 547kcal	ご飯 豚角煮 白菜お浸し 中華スープ 547kcal
ためきそば(温)	焼きそば	ぶっかけうどん(冷)	ナポリタンスパゲッティ	麻婆豆腐丼	和風スパゲッティ
13	14	15	16	17	18
ご飯 三元豚ロース生姜焼き 若竹煮 お吸い物 428kcal	ご飯 アジ南蛮漬け 焼き茄子 味噌汁 464kcal	ご飯 グリルチキン パンプキンサラダ 味噌汁 440kcal	ご飯 牛肉コロッケ 緑野菜のペペロンチーノ 味噌汁 509kcal	ご飯 まとう鯛バター焼き 花野菜の洋風煮 オニオンコンソメスープ 414kcal	ご飯 イワシしょうが煮 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁 400kcal
焼きうどん	角煮チャーハン	揚げ玉豆腐丼	にゅうめん(温)	ミートソーススパゲッティ	ぶっかけうどん(冷)

ミライブプロジェクト新瑞橋 令和8年 7月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
20	21	22	23	24	25
ご飯 お魚いろいろ 小鉢 味噌汁 410kcal	ご飯 鶏の照り焼き 五目きんぴら 味噌汁 475kcal	ご飯 メンチカツ 野菜のトマト煮 オニオンコンソメスープ 568kcal	ご飯 赤魚西京焼き きんぴらごぼう 味噌汁 400kcal	ご飯 豆腐ローフ 海老団子と大根煮物 味噌汁 455kcal	ご飯 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 焼きビーフン 中華スープ 535kcal
唐揚げタルタル丼	信田うどん(温)	和風スパゲッティ	揚げ玉豆腐丼	照り焼きチキン丼	焼きそば
27	28	29	30	31	
ご飯 鶏肉のオニオンソース もやしといんげんの炒め煮 味噌汁 420kcal	五目ごはん 信田煮 きゃべつの酢の物 味噌汁 430kcal	ご飯 メヌケみりん醤油焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 405kcal	ちらし寿司 お魚いろいろ 小鉢 味噌汁 450kcal	ご飯 いわし梅煮 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁 400kcal	
ぶっかけうどん(冷)	麻婆豆腐丼	焼きうどん	鶏そば(温)	カレーうどん(温)	

- \* 選択メニューには副菜等も含まれます。
- \* 選択メニューにご飯・汁物が付いていない場合、ご希望の方は付けることができます。
- \* メニューは変更となる場合があります。

