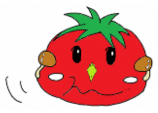
令和7年7月

月	火	水	木	金
	1　ご飯	2　ご飯	3　セルフホットドッグ（コッペパン）	4　ご飯
	厚揚げとキムチの炒め物	あじの竜田揚げ	キャベツのサラダ	ホキのオーロラソース
	じゃがいものみそ汁	もやしの和え物	玉ねぎのスープ	かつお和え
	パインアップル	万願寺甘とうの炒め煮		もずくのスープ
7　ツナすし（★すし酢）	8　ご飯	9　ご飯	10　黒糖パン	11　ご飯
天の川汁	マーボー豆腐	さわらの梅みそ風味焼き	メンチカツ（ソース）	さばのコチュジャン焼き
七タゼリー	切干し大根のサラダ	ごまドレッシングサラダ	かんぴょうサラダ	信田和え
	とうもろこし	かき玉汁	水菜のスープ	すまし汁
14　ぶた肉のさっぱり丼（★麦ご飯）	15　ご飯	16　夏野菜のチキンカレー（ご飯）	17　味付けパン	
ちゃんこ汁	とり肉の黒酢ソース	コーンサラダ	デミグラスソースハンバーグ	
棒チーズ	きゅうりの香り漬け	小魚	スープ煮	
	ラーメン風みそ汁		すいか	
				 終業式

7月の新メニュー【ラーメン風みそ汁】

☆　材料　☆　（２人分）

・豚肉もも薄切り	２０ｇ	・にんにく	１ｇ
・春雨	１２ｇ	・淡色辛みそ	大さじ５/６
・にんじん	２０ｇ	・中華スープの素	１ｇ
・緑豆もやし	３０ｇ	・食塩	少々
・葉ねぎ	１０ｇ	・こしょう	少々
・なると	１４ｇ	・水	２６０ml

☆　作り方　☆

① にんじんは短冊切り、ねぎは小口切り、にんにくはみじん切りにする。
② 水ににんにく、豚肉、にんじんを加えて煮る。
③ 春雨、もやし、なると、ねぎ、調味料を加えて仕上げる。