



7月献立表

月替わり
メニュー
(月~金)

1食
お弁当
のみ **480円** (税込)

ごはん付セット530円(税込)

月

火

水

木

金

1日

厚切りハムカツ

焼売
筑前煮風

2日

イタリアンハンバーグ

踏の和風煮
スモークチキン春雨ソテー

3日

塩マス焼

みそ野菜炒め
お豆サラダ

4日

鰯の野菜あんかけ

大根甘辛煮
オニオンマリネ

5日

豚ローススタミナ焼

三角チーズポテト
笹垣牛蒡煮

8日

グラタンinハンバーグ

高菜スパゲティ
菜の花山葵和え

9日

鯿の照焼

はんぺん磯辺焼き
ぜんまい炒り煮

10日

白身フライ

豆腐挽肉包み焼
山クラゲソテー

11日

鶏の唐揚げ

ハムソースステーキ
巾着と野菜煮

12日

W海老フライ

棒餃子
竹の子金平

15日

海の日

16日

チキンステーキ

目玉焼き風オムレツ
焼きそば

17日

鮭の塩焼

回鍋肉
大根田楽

18日

鱈の塩麹焼

ロールキャベツ
ビーフンソテー

19日

赤魚の照焼

紅生姜白揚天焼
ポテトサラダ

22日

メンチカツ

チーズオムレツ
小松菜炒り煮

23日

トンジャオロース

肉団子カレーソース
ビビンバ山菜

24日

ガリバタ豚丼

南瓜天ぷら
明太子ポテトサラダ

25日

鱈の照焼

洋風ベーコン野菜ソテー
ポークウインナー

26日

ハンバーグ

ガロニ盛
ナポリタン

29日

鱈の西京焼

豆腐ステーキ野菜あん
切り昆布煮

30日

ホッケ塩焼

つくね串
ゴーヤチャンプル

31日

カレーフライ

大根金平
紫キャベツ春雨和え

※土日祝祭日はお休みになります
※お弁当は400Kcal前後になります

いわき市配食サービス
もご利用出来ます