

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
豚の味噌焼 ご飯 おでん じゃが芋の金平 揚げ出し豆腐	鶏南蛮 ご飯 ナポリタン 煮たまご 人参うぱ	ビビンバ丼 含め煮	煮込みハンバーグ ご飯 和風スパゲティ ポテト キャベツサラダ	焼魚（鮭） ご飯 炒り豆腐 セロリの金平 おひたし	チャプチェ丼 厚焼き玉子
8日	9日	10日	11日	12日	13日
肉豆腐 ご飯 金平ごぼう ひじきの煮物 スパゲティサラダ	焼肉 ご飯 味噌田楽 切りこぶの煮物 おひたし	スタミナ丼 含め煮	煮魚（赤魚） ご飯 野菜炒め 切り干し大根の煮物 マカロニサラダ	照焼きチキン ご飯 和風スパゲティ 金平ごぼう かぼちゃサラダ	カレー 含め煮
15日	16日	17日	18日	19日	20日
	焼魚（鮭） ご飯 五目金平 ジャーマンポテト おひたし	豚丼 厚焼き玉子	酢豚 ご飯 大根とちくわの煮物 さつま芋の甘煮 春雨サラダ	ハンバーグ ご飯 ナポリタン 人参グラッセ ブロッコリー キャベツサラダ	親子丼 含め煮
22日	23日	24日	25日	26日	27日
煮魚（鯖） ご飯 金平ごぼう ひじきの煮物 さつま芋のサラダ	豚の生姜焼き ご飯 味噌田楽 切りこぶの煮物 もやしサラダ	三色丼 ちくわの天ぷら	エビチリ ご飯 回鍋肉 かぼちゃの甘煮 春雨サラダ	肉豆腐 ご飯 セロリの金平 さつま芋の甘煮 マカロニサラダ	チキンカレー 含め煮
29日	30日	31日	7月の献立表  みどり亭 住所: 宇都宮市大和2-12-50 TEL: 028-645-7345 Instagram  WEB  npo.midori https://www.npo-midori.com ※ メニューは、仕入れの状況等により、変更する場合があります。ご了承ください。		
焼魚（鮭） ご飯 ジャーマンポテト 切り干し大根の煮物 人参シリシリ	照焼きチキン ご飯 和風スパゲティ ひじきの煮物 かぼちゃサラダ	スタミナ丼 厚焼き玉子			