

2025年07月 月間献立表（昼食）
（湯川デイ）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日 赤飯 白身魚の柚子風味焼き 南瓜そぼろ煮 ところ天 味噌汁 洋梨缶	2日 冷やしおろしうどん おにぎり 里芋の含め煮 卵豆腐 黄桃缶 	3日 ごはん 鶏肉のマーメイド焼き じゃが芋の煮物 オクラのみょうが和え わかめスープ パイン缶	4日 ごはん 鮭のバター醤油焼き 白菜の煮浸し スパサラ 味噌汁 みかん缶	5日 ごはん つくね煮(鶏ツネ) 春雨炒め(豚肉) なめたけ和え 吸物 パナナ
6日	7日 ★七夕メニュー 散らし寿司 鶏肉の八幡巻き 白菜梅肉和え 天の川そうめん汁 和菓子 (織姫の恋)   	8日 ごはん ミルフィーユカツ (マスタードソース) 小松菜の卵とじ 冷奴 味噌汁 ブルーベリー缶 	9日 ごはん (夏野菜カレー) 漬物(福神漬) ブロッコリーサラダ(ゴマ) 卵スープ ヨーグルト 	10日 チャンポン おにぎり クリームコロッケ かつとびじきの和え物 パイン缶 	11日 ごはん 赤魚の煮付け 里芋ごま味噌かけ 胡瓜の生姜和え 吸物 杏仁豆腐	12日 ごはん 八宝菜 南瓜の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁 洋梨缶
13日	14日 ごはん 太刀魚の柚子味噌焼き さつま芋の甘煮 かつと姫竹の和え物 かき卵汁 みかん缶 	15日 ごはん 鯖の味噌煮 茄子のじゃこ煮 人参のナムル 吸物 黄桃缶	16日 ごはん 鶏天 大根かあん びじきと豆のサラダ 味噌汁 りんごゼリー 	17日 ごはん 白身魚のタルタル焼き 金平ごぼう 木の草磯辺(イキ) 吸物 ブルーベリー缶	18日 冷やしきつねそば 高菜おにぎり がめ煮 もずく酢 みかん缶	19日 ★土用の丑の日 ひつまぶし風丼 ホトサラダ(卵) けんちん汁 いちごムース 
20日	21日 ごはん 鯖の塩焼き がれん煮(人参) 酢の物 味噌汁 白桃缶  	22日 ごはん カジキステーキカツ 小松菜の卵とじ とろろ芋 赤出汁 パイン缶	23日 ごはん 肉野菜炒め 大根大根(西京) スパサラ 吸物 みかん缶	24日 ごはん (カレーライス) 漬物(福神漬) 大根サラダ 卵スープ ヨーグルト 	25日 ごはん 赤魚の粕漬焼き 里芋柚子味噌かけ 木の草なめ草(イキ) 吸物 黄桃缶	26日 ごはん 豚の角煮 ジャコ芋のトマト煮 みぞれ和え 吸物 甘夏みかん缶
27日	28日 冷やし中華 おにぎり 茄子のじゃこ煮 冷奴 杏仁豆腐  	29日 ごはん 鱈の焼き南蛮漬け 丸天の煮物 オクラのごま和え 味噌汁 ブルーベリー缶	30日 ★パンメニュー パターロール エビカツ ホトサラダ(卵) ベーコンチャウダー パイン缶 	31日 ごはん 牛丼 春雨サラダ さつま汁 オレンジ&キウイ 	『土用の丑の日』 江戸時代のこと。もともと、こってりとした味付けのうなぎの蒲焼などは、サッパリしたものが食べたくなる夏には流行らない食べ物でした。夏場に関古鳥が鳴いて困ったうなぎ屋の主人は、知り合いの蘭学者・平賀源内(ひらがげんない)に、何とかならないだろうかと尋ねます。古くから伝わる、「夏場に“う”の付くものを食べると夏負けしない」という俗信からヒントを得た源内は、うなぎ屋の店頭で「本日土用丑の日」と書いた看板を立てました。江戸の人々はゲン担ぎが大好き。このキャッチフレーズはたちまち評判になり、うなぎの蒲焼が飛ぶように売れたということです。	