

令和7年 7月 元気 献立表

7月19日から8月6日 <夏土用>土用は季節ごとにあり、約18日間を指します。日にちを表す干支(12支)の頭文字の食材を食べるとよいとされています。

夏土用の「丑の日」→「う」のつく食べ物:ウナギ・うどん・梅干し

1	火	焼きうどん	17	木	魚の照り焼き
2	水	油淋鶏	18	金	冷しゃぶ
3	木	三色丼	19	土	土用の丑 牛丼・ウナギ
4	金	鶏の唐揚げ	20	日	
5	土	魚のおろしポン酢かけ	21	月	魚の西京焼き
6	日		22	火	肉じゃが
7	月	照焼きチキン	23	水	白身魚フライ
8	火	魚の竜田揚げ	24	木	天ぷら盛り合わせ
9	水	夏野菜カレー	25	金	鶏の味噌漬け焼
10	木	焼きそば	26	土	カレーライス
11	金	冷やし天ぷらうどん	27	日	
12	土	おろしハツバ -グ	28	月	エビフライ
13	日		29	火	焼き肉風
14	月	冷やし中華	30	水	夏祭りランチ
15	火	親子丼	31	木	夏祭りランチ
16	水	味噌カツ	*食材の調達の都合によりメニューが変更することがありますが、その節はご了承ください。		