7月　1日　　金曜日 ・ごはん ・チンジャオロース ・大豆のケチャップ和え ・人参のサラダ ・野菜スープ ・デザート（ゼリー） ・おやつ	
7月　2日　　土曜日 ・ごはん ・とんぼしびのフライ ・ピーマンともやし炒め ・オニオンサラダ ・味噌汁 ・デザート（ゼリー） ・おやつ	
7月　3日　日曜日 ・ごはん ・照り焼きチキン ・焼きなすの甘味噌がけ ・めひびときゅうりの酢の物 ・吸物 ・デザート（ゼリー） ・おやつ	
7月　4日　　月曜日 ・ごはん ・さわらの照り焼き ・筑前煮 ・煮浸し ・味噌汁 ・デザート（りんご） ・おやつ	
7月　5日　　火曜日 ・ごはん ・夏カレー ・ほうれん草ともやし炒め ・フレンチサラダ ・デザート（ゼリー） ・おやつ	

7月　6日　　水曜日 ・ごはん ・白身魚の煮付け ・炊き合わせ ・野菜のマリネ ・味噌汁 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
7月　7日　　木曜日 ・そうめん ・天ぷら ・人参の酢味噌和え ・青さとろろ芋 ・デザート(りんご) ・おやつ	
7月　8日　　金曜日 ・散らし寿司 ・なすときのこの煮浸し ・炒り卵 ・冷奴 ・味噌汁 ・デザート(パイナップル) ・おやつ	
7月　9日　　土曜日 ・ごはん ・チキングラタン ・ひじきの煮物 ・きゅうりの胡麻酢 ・吸物 ・デザート(パイナップル) ・おやつ	
7月　10日　日曜日 ・ごはん ・かれいの煮付け ・チンゲンサイの中華炒め ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・デザート(パイナップル) ・おやつ	

7月　11日　　月曜日 ・ごはん ・マーボー豆腐 ・切干大根の五目煮 ・長芋の白煮 ・中華スープ ・デザート(バナナ) ・おやつ	
7月　12日　　火曜日 ・ごはん ・赤魚の野菜あんかけ ・じゃが芋のカレードレッシング ・春雨サラダ ・吸物 ・デザート(バナナ) ・おやつ	
7月　13日　　水曜日 ・ごはん ・牛肉野菜炒め ・高野豆腐の卵とじ ・オクラの胡麻和え ・味噌汁 ・デザート(りんご) ・おやつ	
7月　14日　　木曜日 ・ごはん ・白身魚の甘酢あんかけ ・里芋と人参とインゲンの煮物 ・オニオンサラダ　・吸物 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
7月　15日　　金曜日 ・ごはん ・和風チキンミートボール ・炊き合わせ ・いんげん味噌和え ・ワカメスープ ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	

7月　16日　　土曜日 ・ごはん ・白身魚のホワイトソース ・けんちん炒め ・えのきのとろろあえ ・吸物 ・デザート(パイナップル) ・おやつ	
7月　17日　日曜日 ・ごはん ・豚肉のオイスター炒め ・合い混ぜ ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
7月　18日　　月曜日 ・ごはん ・海老のチリソース ・マーボー茄子 ・中華サラダ ・吸物 ・デザート(バナナ) ・おやつ	
7月　19日　　火曜日 ・ごはん ・牛肉卵とじ ・炊き合わせ ・もやし辛し和え ・味噌汁 ・デザート(スイカ) ・おやつ	
7月　20日　　水曜日 台風の為 デイサービス お休みさせて頂きました。 ご迷惑おかけしました。	

7月　21日　　木曜日
・ごはん
・鶏のネギしょうゆ
・夏野菜ケチャップ炒め
・きのこサラダ
・味噌汁
・デザート(スイカ)
・おやつ

7月　22日　　金曜日
・ごはん
・さばの塩焼き
・炊き合わせ
・オクラおかか和え
・吸物
・デザート(すいか)
・おやつ

7月　23日　　土曜日
・ごはん
・トンカツ
・炊き合わせ
・めひびときゅうりの酢の物
・味噌汁
・デザート(すいか)
・おやつ

7月　24日　　日曜日
・ごはん
・さわらの塩焼き
・かぼちゃの煮物
・オニオンサラダ
・吸物
・デザート(ヨーグルト)
・おやつ

7月　25日　　月曜日
・ハヤシライス
・煮浸し
・豆サラダ
・デザート(杏仁豆腐)
・おやつ

7月　26日　　火曜日 ・ごはん ・ブリの照り焼き ・じゃが芋の野菜炒め ・春雨酢の物 ・吸物 ・デザート(杏仁豆腐) ・おやつ	
7月　27日　　水曜日 ・ごはん ・チキン南蛮 ・冬瓜の水晶煮 ・スパケチャップ炒め ・味噌汁 ・デザート(すいか) ・おやつ	
7月　28日　　木曜日 ・ごはん ・サケの塩焼き ・あらめの煮物 ・野菜炒めカレー味 ・吸物 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
7月　29日　　金曜日 ・ごはん ・ハンバーグトマトソース ・野菜の炊き合わせ ・焼きなすしょうゆかけ ・味噌汁 ・デザート(ヨーグルト) ・おやつ	
7月　30日　　土曜日 ・ごはん ・かじきの照り焼き ・里芋のカニあんかけ ・人参のゴマドレサラダ ・吸物 ・デザート(すいか) ・おやつ	

7月　31日　　日曜日

・焼きうどん

・焼売

・鉄火ナス

・きゅうりの酢の物

・吸物

・デザート（すいか）

・おやつ