

月間献立表

日付	07月01日(月)	07月02日(火)	07月03日(水)	07月04日(木)	07月05日(金)	07月06日(土)	07月07日(日)	
朝	御飯 五目がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(かつゆ・根菜) 牛乳	ハタローロール お魚ソーゼージと小松菜のソテー ネトサラダ りんごジャム フルーツ缶(みかん) 牛乳	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(かつゆ・玉葱) 牛乳	コンビ食パン オムレツ 付)アボカド ピルシ ブルーベリージャム フルーツ缶(りんご) コーヒート牛乳	御飯 にんじんの梅煮 付)いんげん 青菜のわさび和え みそ汁(しめじ・大根葉) 牛乳	御飯 じゃが芋とかつゆの炒め物 温泉卵 みそ汁(しろな・かつゆ) 牛乳	御飯 野菜炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(かつゆ・水菜) 牛乳	御飯 野菜炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(かつゆ・水菜) 牛乳
昼	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー かまぼことほうれん草の炒め物 マカロニサラダ 備)コンソープ	御飯 おじの南蛮漬け ひじきと大豆の煮物 二色和え みそ汁(なめこ・貝割れ)	【昼法要献立】 大根煮 精進揚げ 豆腐白菜 春巻とひじきの胡麻和え お吸い物(とろろ昆布・みつば)	シーフードカレー チーズサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) ぶどうフルーチェ	【お誕生日献立】 赤飯 牛サヨコステーキ おろしソースかけ 付)南瓜・オクラ コーンの洋風茶碗蒸し フルーツ(キウイ) マヨネーズ(かぶ・菜)	麦ご飯 エビカツ・メンチカツ ソース 付)キャベツ ブロッコリーサラダ フルーツ缶(りんご) みそ汁(玉葱・にら)	【七夕】 枝豆ごはん 鶏の梅しとろなす たまご豆腐の星くずあんかけ フルーツ(すいか) 七夕そうめん	【七夕】 枝豆ごはん 鶏の梅しとろなす たまご豆腐の星くずあんかけ フルーツ(すいか) 七夕そうめん
おやつ	おやつ(ドームケーキチョコ)	おやつ(ヤクルト)	【昼法要おやつ】 おやつ(水ようかん)	手作りおやつ(ライチゼリー)	おやつ(野菜生活ペリ)	【お誕生日おやつ】 季節のおやつ(マンゴーケーキ)	【七夕おやつ】 季節のおやつ(お星さまゼリー)	
夕	麦ご飯 めげの漬け焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の炒め煮 キャベツの青じそ和え かつおおかか	御飯 中華風卵焼き 中華あん かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル 香の物(赤しその実漬け)	御飯 めげの中華焼き 付)甘酢生薬 さつま芋の甘煮 白菜の漬和え フルーツ缶(カクテル)	御飯 鶏肉の柚子こしょうソース 柚子こしょうソース 付)ピーマン なすの詰め煮 小松菜のくるみ和え 香の物(つぼ漬け)	御飯 豆腐ハンバーグ 付)キヌコソース テリヤキソース 鶏肉とれんごんの炒り煮 もやし チンゲン菜のお浸し 香の物(しぼ漬け)	御飯 たらのみりん焼き 付)白煮 鶏肉とれんごんの炒り煮 もやし チンゲン菜のお浸し 香の物(しぼ漬け)	御飯 豚肉のバター醤油ソテー 付)ピーマン 大根とさつま揚げの煮物 畑菜のおかか和え 金山寺みそ	御飯 豚肉のバター醤油ソテー 付)ピーマン 大根とさつま揚げの煮物 畑菜のおかか和え 金山寺みそ
日付	07月08日(月)	07月09日(火)	07月10日(水)	07月11日(木)	07月12日(金)	07月13日(土)	07月14日(日)	
朝	御飯 肉詰めいなりの煮物 白菜の和え物 みそ汁(青菜・しめじ) 牛乳	コーヒート牛乳 なすのトマト煮 いちごジャム フルーツ缶(りんご) 牛乳	御飯 肉詰め卵 付)甘酢生薬 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ) 牛乳	トマト食パン 野菜ソテー さつま芋のサラダ りんごジャム フルーツ缶(にんじん) コーヒート牛乳	御飯 とりつくね 付)アスパラ炒め マカロニサラダ みそ汁(白菜・水菜) 牛乳	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長ネギとろろ みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳	御飯 和風包み焼き おろしあん いんげんのごま和え みそ汁(もやし・かつゆ) 牛乳	御飯 和風包み焼き おろしあん いんげんのごま和え みそ汁(もやし・かつゆ) 牛乳
昼	御飯 鶏肉の照り焼き 付)アスパラ 冬瓜の煮物 小松菜の和え物 みそ汁(かつゆ・長葱)	冷やし中華 かじ子 青梗菜のナムル メロンゼリー	御飯 かじの揚げ返し 付)ししとう じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し お吸い物(とろろ・葱)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付)スナップエンドウ なすとピーマンの炒め物 フルーツ缶(カクテル) 備)コンソープ	御飯 かじのしそ塩焼き 付)いんげん 冬瓜のかにあんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(玉葱・絹さや)	中華飯 かにしゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 中華スープ(えのき・大根葉)	御飯 おじの香味焼き 付)オクラ ほうれん草の煮浸し かりふらわりの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・豆腐)	御飯 おじの香味焼き 付)オクラ ほうれん草の煮浸し かりふらわりの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・豆腐)
おやつ	おやつ(クリームブッセ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(スイートポテト)	手作りおやつ(抹茶ゼリー)	おやつ(オレンジジュース)	おやつ(アスパラケーキ)	手作りおやつ(プリンムース)	
夕	御飯 ベーコンのキッシュ クリームトマトソース 付)じゃが芋 あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ フルーツ缶(黄桃)	麦ご飯 さばの塩焼き 付)大根おろし ちくわと藍芋の煮物 キャベツの香味和え のり佃煮	御飯 ポークチャップ かりふらわソテー 野菜サラダ フルーツ缶(マンゴー)	御飯 さわらの漬け焼き 付)オクラ 鶏肉とこぼろの旨煮 なすの詰め煮 小松菜とえのきの和え物 香の物(漬)	御飯 鶏手煮 野菜ソテー 鶏肉とこぼろの旨煮 なすの詰め煮 小松菜とえのきの和え物 香の物(しぼ漬け)	御飯 おきのチーズ焼き 付)ブロッコリー 鶏肉とこぼろの旨煮 なすの詰め煮 小松菜とえのきの和え物 香の物(しぼ漬け)	御飯 チキンカツ ソース 付)キャベツ じゃが芋のポトフ トマトサラダ フルーツ缶(みかん)	御飯 チキンカツ ソース 付)キャベツ じゃが芋のポトフ トマトサラダ フルーツ缶(みかん)
日付	07月15日(月)	07月16日(火)	07月17日(水)	07月18日(木)	07月19日(金)	07月20日(土)	07月21日(日)	
朝	御飯 だし巻き卵 付)茶福豆 青菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	ミルクロール ウナオムレツ いんげんとベーコンのソテー ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の漬和え みそ汁(かつゆ・えのき) 牛乳	黒糖食パン みそと大豆のトキ和え りんごジャム フルーツ缶(りんご) コーヒート牛乳	御飯 しらすの刺し オクラのなめたけ和え みそ汁(うまい塩・油揚げ) 牛乳	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 青菜の和え物 みそ汁(さつま芋・みつば) 牛乳	御飯 いわしの塩焼 付)スナップエンドウ 大根のミネソス みそ汁(白菜・しめじ) 牛乳	御飯 いわしの塩焼 付)スナップエンドウ 大根のミネソス みそ汁(白菜・しめじ) 牛乳
昼	御飯 ミートローフ ソース 付)スパゲッティ 小松菜のソテー フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(若布・人参)	【郷土食 徳島県】 そば焼酎 フィッシュカツ 付)キャベツ 鶏肉のソテー けんちゃん煮(汁)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)ブロッコリー もやしのカレーソテー キャベツのごま和え コンソメスープ(細葉・マッシュルーム)	麦ご飯 さばの生姜煮 付)花形人参・絹さや かぶのそぼろかけ しろなわさび和え みそ汁(卵・貝割れ)	【外注食】御飯 ハンバーグ テリヤキソース 付)いんげん ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(洋梨)	御飯 ほきの和風ミニエビ 付)アスパラ なすの詰め煮 かりふらわりの和え物 みそ汁(若布・椎茸)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 冬瓜のえびあんかけ きゅうりの塩昆布和え みそ汁(豆腐・豆苗)	御飯 鶏肉の南蛮漬け 冬瓜のえびあんかけ きゅうりの塩昆布和え みそ汁(豆腐・豆苗)
おやつ	手作りおやつ(マフィンゼリー)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(かりんと卵・バナナ)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(シリアススパン)	おやつ(たいやき)	手作りおやつ(杏仁豆腐)	
夕	御飯 めげの煮付け 付)人参・絹さや れんこんきんぴら ブロッコリーサラダ 梅干し	御飯 鶏肉の焼肉 えび水晶包み 白菜のナムル のり佃煮	御飯 さわらのボン酢かけ ボン酢たれ 付)なす ひじきの煮物 いんげんのおかか和え あみえび佃煮	御飯 豚肉の塩焼炒め 野菜サラダ 付)なす きやぶき フルーツ缶(みかん)	御飯 たらのマスタード焼き 付)ピーマン レバーとごぼうの旨煮 もやしのサラダ まぐろ佃煮	御飯 たらのごま味噌炒め ぜんまい煮 青梗菜のお浸し 漬漬汁(白菜)	御飯 和風卵焼き 付)いんげん 里芋の煮物 ほうれん草の香味和え フルーツ缶(りんご)	御飯 和風卵焼き 付)いんげん 里芋の煮物 ほうれん草の香味和え フルーツ缶(りんご)
日付	07月22日(月)	07月23日(火)	07月24日(水)	07月25日(木)	07月26日(金)	07月27日(土)	07月28日(日)	
朝	御飯 厚揚げの油煎煮 青梗菜の和え物 みそ汁(もやし・わか) 牛乳	キャロットロール オムレツ 付)りんご りんごジャム ブルーベリージャム フルーツ缶(りんご) 牛乳	御飯 ピーマンとさつま揚げの炒め煮 ほうれん草とつゆの和え物 みそ汁(かつゆ・わか) 牛乳	マーブル食パン ミートローフ 付)アスパラのソテー いちごジャム フルーツ缶(りんご) コーヒート牛乳	御飯 枝豆 ベコンといんげんの炒め 付)アスパラ 小松菜のなめたけ和え みそ汁(しろな・ねぎ) 牛乳	御飯 とりつくね 付)アスパラ 小松菜のなめたけ和え みそ汁(大根・うずまき) 牛乳	おやつ(ヨーグルト)	おやつ(ヨーグルト)
昼	御飯 小松菜と卵の炒め物 花野菜マリネ みそ汁(うずまき・葱)	御飯 メヌケの煮付け 付)大根・絹さや れんこんきんぴら 梅干しの甘酢和え みそ汁(黒芋・貝割れ)	夏野菜キーマカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) 備)フルーツ缶(白桃)	御飯 鶏肉の塩焼炒め 付)甘酢生薬 ごぼうの甘酢炒め 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(冬瓜・貝割れ)	御飯 ほきのタルタル焼き 付)きゅうり きざみ昆布の炒り煮 畑菜の和え物 みそ汁(油揚げ・大根葉)	【王将の丑の日】 うなとろ冷やしそば なすみれと冬瓜の煮物 冷やっこ	吉野家中華 マカロニサラダ 具沢山汁	吉野家中華 マカロニサラダ 具沢山汁
おやつ	おやつ(例-ムッフル)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(黒糖蒸しパン)	おやつ(梅クレープ)	おやつ(野菜生活マコー)	【土用の丑の日おやつ】 季節のおやつ(スフレロールケーキ)	おやつ(パインゼリー)	
夕	御飯 めだいの味噌漬焼き 付)オクラ かぶの主役煮 キャベツとハムの和え物 香の物(赤しその実漬け)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)スナップエンドウ なすの煮浸し フルーツ缶(マンゴー) うめしお	御飯 おじの照り焼き 付)ブロッコリー 切干大根の煮物 青梗菜のゆず風味和え えびみそ	御飯 かに玉 甘酢あん 焼きピーマン ザーサイ フルーツ缶(カクテル)	御飯 豚肉の梅味噌炒め かぼちゃの煮物 大根サラダ 27日(月)あみえび佃煮	【精進会献立】 御飯 お好み焼き風卵焼き じゃがバター チョコバナナ 冷やしきゅうり	御飯 エビチリセット フルーツカクテル	御飯 エビチリセット フルーツカクテル
日付	07月29日(月)	07月30日(火)	07月31日(水)					
朝	御飯 ねぎあんかけ卵焼き ねぎあん ほうれん草の梅和え みそ汁(里芋・油揚げ) 牛乳	経年ロール ポトフ りんごジャム フルーツ缶(黄桃) 牛乳	御飯 いわしの塩焼 付)甘酢生薬 かりふらわのドレッシング和え みそ汁(じゃが芋・わか) 牛乳					
昼	御飯 チキンステーキ オニオンソース 付)ブロッコリー もやしのソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(細葉・人参)	麦ご飯 たらの味噌揚げ 付)ししとう いんげんの炒め煮 卵豆腐 みそ汁(玉葱・絹さや)	【選択食】 御飯 A回 焼肉 B回 白飯の竜田揚げ野菜炒め					
おやつ	おやつ(ずんだもち焼き)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(水餃子こしあん)					
夕	御飯 赤魚の照り焼き 付)なす 冬瓜のくず煮 オクラの生姜醤油和え 香の物(漬)	御飯 ハム・グートソースかけ トマトソース 付)アスパラ 青梗菜のソテー フレッシュサラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 鶏肉の塩焼炒め 付)スナップエンドウ ひじきの五目煮 白菜のからし和え たいみそ					