

月間献立表

		7月						
		07月01日(水)	07月02日(木)	07月03日(金)	07月04日(土)	07月05日(日)		
日付	朝	御飯 五目がんと煮物 白煮のゆかり和え みそ汁(おつゆ・燗・燗)	御飯 お魚ソーゼーと小松菜のチー ボトツラダ りんごシヤム フルーツ缶(びわ)	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(玉葱・わか)	御飯 だし巻卵 付)大根おろし おろしのわさび和え みそ汁(豆腐・貝割)	御飯 にんじんの梅煮 付)いんげん 腎菜のわさび和え みそ汁(めじ・大根煮)		
	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
昼	御飯	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 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)	御飯 あじの青魚漬け 大豆ときざみ昆布の煮物 フルーツ缶(カクテル) みそ汁(しろな・貝割れ)	御飯 【お誕生百献立】 赤飯 中辛ハロースキー おろしソースかけ 付)ボナト・オクラ コーンの洋風茶碗蒸し メロンゼリー トマトソース(かぶ・煮)	御飯 シュードカレー ハンダサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) キウイヨーグルトムース	御飯 豚肉のんにく醤油炒め 付)スナップエンドウ 里芋の煮物 かぶの甘酢漬 みそ汁(若布・豆腐)		
	おやつ	おやつ(そば雑煮)	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(野菜生活 ベリー)	【お誕生百おやつ】 おやつ(スイトロールケーキ)	手作りおやつ(マスカットゼリー)		
	夕	御飯 さばの西京焼き 付)オクラ 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え 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 腎臓菜のナムル 香の物(赤しその実漬け)	御飯 めばるの山椒焼き 付)甘酢生薑 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味 香の物(沢庵)	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 腎臓菜のお浸し たいみそ	御飯 豆腐ハンバーグ テリヤキソース 付)甘煮人参・コーン 冬瓜の生煮煮 腎臓菜のお浸し 香の物(ほろ濃)		
日付	07月08日(月)	07月07日(火)	07月08日(水)	07月09日(木)	07月10日(金)	07月11日(土)	07月12日(日)	
朝	御飯 じゃが芋とワケの炒め物 湯豆腐 みそ汁(しろな・おつゆ)	食パン クリームシュー ほうれん草のサラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(びわ)	御飯 肉詰めいなり煮物 いんげんのくるみ和え みそ汁(めじ・わか)	食パン なすのトマト煮 いちごシヤム フルーツ缶(りんご)	御飯 厚揚げ卵 付)スナップエンドウ 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ)	御飯 納豆 切干大根の煮物 みそ汁(もやし・ねぎ)	御飯 とりつくね 付)アスパラ パルメザン みそ汁(水菜・うずまき)	
	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 エビフライ・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(みかん) みそ汁(玉葱・にら)	【七夕】 七夕ちらし 鶏肉の葛煮 短冊サラダ お墨さまゼリー そうめん汁	【盆洗要献立】 大根煮 精進揚げ 豆腐田楽 春巻とひじきの胡麻和え お吸い物(しろな・昆布・水菜)	冷やし中華 焼き餃子 腎臓菜のナムル	御飯 かれの揚げ漬 付)オクラ じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し お吸い物(おつゆ)	御飯 タンダーリーチキン 付)ブロッコリー なすとピーマンの炒め物 フルーツ缶(カクテル) コンソメスープ(若布・人参)	御飯 ゆめかけのしほ焼酎焼き 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)	
	おやつ	おやつ(塩キャラメルケーキ)	おやつ(ヤクルト)	【盆洗要献立】 おやつ(きみしぐれ)	おやつ(どら焼きこしあん)	おやつ(ドームケーキチョコ)	手作りおやつ(パインゼリー)	
	夕	御飯 ひらすのみりん焼き 付)白煮 レバーとれんごんの旨煮 もやし・ポテト和え 漬漬(きゅうり)	御飯 赤魚の煮付け 付)ピーマン 冬瓜の塩田煮 畑菜のおかか和え 春雨サラダ うめびしお	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 あざりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ	御飯 さばの塩レモン焼き 付)大根おろし ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え 金山寺みそ	御飯 ポークチャップ カリフラワーソーテー 野菜サラダ フルーツ缶(マンゴー)	御飯 さばの漬付け カリフラワーソーテー かぶの洋風煮 小松菜とえのきの和え物 漬漬(きゅうり)	御飯 親子煮 野菜ソース キャロットサラダ かつおおかか
日付	07月13日(月)	07月14日(火)	07月15日(水)	07月16日(木)	07月17日(金)	07月18日(土)	07月19日(日)	
朝	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋とどろろ みそ汁(小松菜・えのき)	コービーロール ワケユイ いんげんのごまペース和え はちみつシヤム フルーツ缶(びわ)	御飯 だし巻卵 付)野菜豆 腎菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・めじ)	食パン クリームチーズ アスパラとベーコンのチー ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴ)	御飯 肉詰めいなり煮物 ほうれん草の磯和え みそ汁(えのき・うずまき)	御飯 一口がらもの煮物 白菜と腎菜のお浸し みそ汁(玉葱・わか)	御飯 オムレツ 付)がら野菜 かぶの和風サラダ みそ汁(まい菜・油揚げ)	
	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	中華飯 海鮮しゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 中華スープ(腎臓菜・大根煮)	御飯 あじの香味焼き 付)オクラ ほうれん草の煮漬 カリフラワーの甘酢漬 みそ汁(冬瓜・煮)	【選択食】御飯 Aミートローフ 付)パスタ 小松菜の和え物 フルーツ缶(貴族) コンソメスープ(若布・人参)	千五百穀菜ごはん 赤魚のみりん焼き 付)生鮮生薑 じゃが芋のそぼろ煮 しるなのからし和え みそ汁(油揚げ・豆腐)	【外注食】 御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)ブロッコリー もやしのカレーソーテー 揚げなすのドレッシングかけ クリームポタージュ	御飯 さばの生煮煮 付)花形人参・いんげん かぶのそぼろかけ しるなのピーナツ和え みそ汁(玉葱・貝割れ)	御飯 ハンバーグ テリヤキソース 付)いんげん ほうれん草のわさび和え グレープフルーツ みそ汁(玉葱・椎茸)	
	おやつ	おやつ(ロールケーキモカ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(栞餅)	おやつ(赤豆ドラージュ)	手作りおやつ(パインムース)	
	夕	御飯 ホキのチーズ焼き 付)うまい菜 ふきの土佐煮 なすのポン酢和え 香の物(しほ漬)	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 めばるの煮付け 付)人参・絹さや れんごんきんぴら煮 ブロッコリーサラダ 香の物(しその実漬け)	御飯 回鍋肉 あざりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル のり佃煮	御飯 さわらのポン酢かけ ポン酢たれ 付)スナップエンドウ ひじきの煮物 キャベツのごま和え あみえび佃煮	御飯 豚肉の葱焼炒め 野菜サラダ 香の物(ほろ濃) 杏仁ムース	御飯 たらのマスタード焼き 付)ブロッコリー 鶏とごぼうの旨煮 もやしのサラダ うずら豆
日付	07月20日(月)	07月21日(火)	07月22日(水)	07月23日(木)	07月24日(金)	07月25日(土)	07月26日(日)	
朝	御飯 ふんわり寄せの煮物 お好と茸菜の和え物 みそ汁(さつま芋・みつば)	食パン 鶏と野菜のケチャップ炒め 大根サラダ みかんシヤム フルーツ缶(りんご)	御飯 厚揚げの治部煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁(もやし・わか)	トマト煮パン スクランブルエッグ 付)がら野菜 白菜サラダ あんずシヤム フルーツ缶(りんご)	御飯 ピーマンとさつま揚げの炒め煮 ほうれん草とワケの和え物 みそ汁(おつゆ・わか)	御飯 里芋のそぼろ煮 ワケのおかか和え みそ汁(豆腐・みつば)	御飯 納豆 ベーコンといんげん炒め みそ汁(冬瓜・ねぎ)	
	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 ほろの和風ムニエル 付)アスパラ なすの詰め煮 キャベツのサラダ みそ汁(若布・椎茸)	【土用の丑の日】 うなとろ冷やしそば えびつみれと冬瓜の煮物 冷やっこ	御飯 小松菜と卵の炒め物 花野菜マリネ みそ汁(うずまき・長葱)	御飯 メスクの煮付け 付)大根・絹さや れんごんきんぴら煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(里芋・貝割れ)	御飯 夏野菜キーマカレー コーンスローサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) バナナムース	御飯 鶏肉の塩焼焼き 付)甘酢生薑 ごぼうの甘煮煮 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(玉葱・貝割れ)	御飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 大根サラダ 漬漬(きゅうり)	
	おやつ	おやつ(今川橋こしあん)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(抹茶ワッフル)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(オレンジジュース)	手作りおやつ(ピーマンゼリー)	
	夕	御飯 豚肉のごま味噌炒め ぜんまい煮 腎臓菜のお浸し 漬漬(白菜)	御飯 和風卵焼き 付)いんげん 里芋の煮物 ほうれん草の酢味噌和え 香の物(くら大根)	御飯 あじの味噌漬焼き 付)オクラ かぶの土佐煮 キャベツとハムの和風和え かつおおかか	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)スナップエンドウ なすの煮漬 春雨の甘酢和え 香の物(赤しその実漬け)	御飯 ぶりの照り焼き 付)しるな 切干大根の煮物 腎臓菜のゆず風味和え たいみそ	御飯 かに玉 甘酢あん 焼きピーマン チキソウイ フルーツ缶(カクテル)	
日付	07月27日(月)	07月28日(火)	07月29日(水)	07月30日(木)	07月31日(金)			
朝	御飯 ウインナーと白菜のコンソメ ブロッコリーのサラダ みそ汁(えのき・わか)	ミルクロール なすのトマトソース煮 かぼちゃサラダ いちごシヤム フルーツ缶(マンゴ)	御飯 ねぎあんかけ卵焼き ねぎあん ほうれん草の和え物 みそ汁(里芋・油揚げ)	食パン お好み メイプルシヤム フルーツ缶(びわ)	御飯 いわしの蒲焼き 付)甘酢生薑 カリフラワーのごま醤油和え みそ汁(じゃが芋・わか)			
	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
昼	蕎麦ピラフ クリームコロッケ ソース 付)キャベツ マカロニサラダ コンソメスープ(ツルナ・豆腐)	御飯 さばの味噌煮 付)長葱 ちくわと小松菜の和え物 フルーツ缶(みかん) お吸い物(寒梅・貝割れ)	【精進食】 焼き鳥井 お好み焼き皿 花火ゼリー お吸い物(花魁・燗)	御飯 たらの香り揚げ 付)ししとう いんげんの炒め煮 煎豆腐 みそ汁(キャベツ・絹さや)	【國王食 兵庫県】 かつめし 付)ピーマン 短冊おでん 抹茶風デザート みそ汁			
	おやつ	おやつ(今川橋こしあん)	おやつ(ヤクルト)	アイスバイキング	おやつ(和風パンケーキ黒糖)	おやつ(シフォン)		
	夕	御飯 めばるの七味焼き 付)オクラ 肉じゃが ほうれん草のポン酢和え 香の物(しほ漬)	御飯 肉豆腐 れんごんの塩焼炒め煮 キャベツの磯和え うずら豆	御飯 赤魚の粕漬 付)なす 冬瓜のくず煮 オクラの生薑醤油和え 白菜漬	御飯 ハロートマトソースかけ トマトソース 付)アスパラ 腎臓菜のソーテー フレッシュサラダ フルーツ缶(貴族)	御飯 麻婆豆腐 付)スナップエンドウ ひじきの五目煮 白菜のからし和え 香の物(しその実漬け)		