

月間献立表

日付					07月01日(金)	07月02日(土)	07月03日(日)
朝					朝飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(おつゆ鍋・白菜)	朝飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜のお湯し みそ汁(星草・えのき)	朝飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(玉葱・りんご)
10時					牛乳	牛乳	牛乳
昼					【お誕生日歓迎】 はたての山グラフ チキンカツレーズビーフライ かまぼことほうれん草の炒め物 いちごソース コソリースープ(冬瓜・コン)	【お誕生日歓迎】 はたての山グラフ チキンカツレーズビーフライ かまぼことほうれん草の炒め物 いちごソース コソリースープ(冬瓜・コン)	【お誕生日歓迎】 豚肉の玉葱ソース炒め さくらんぼの甘煮 二色和え たまごスープ(鮭)
おやつ					おやつ(クレープ)	【お誕生日おやつ】 おやつ(スムージー・ルタケキ)	おやつ(蒸しパン)
夕					夜飯 あじの味噌焼き 竹芋ナッシュエンブレンドウ 切り大根のさわやか味 キャベツの塩昆布和え かつおおかか	夜飯 中華風卵焼き 竹芋ナッシュエンブレンドウ 切り大根のさわやか味 キャベツのナムル かつおおかか	夜飯 めばるの山椒焼き 竹芋ナッシュエンブレンドウ 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ)
日付	07月04日(月)	07月05日(火)	07月06日(水)	07月07日(木)	07月08日(金)	07月09日(土)	07月10日(日)
朝	朝飯 だし巻き卵 付)大根おろし オクラのなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝類)	朝飯 じゃが芋とツケの炒め物 温泉卵 みそ汁(しなら・おつゆ麺)	朝飯 野菜炒め 野菜類 みそ汁(しなら・おつゆ麺)	食パン 野菜炒め いんげんのゆかり和え ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴー)	朝飯 内詰めいなりの煮物 いんげんのゆかり和え みそ汁(しめし・かか)	朝飯 納豆 切り大根の煮物 みそ汁(もやし・ねぎ)	朝飯 厚揚げ卵 付)スナップエンブレンドウ 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	シーフードカレー ハムサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) みかんヨーグルト コンソメースープ(葉の花・フレッシュルーム)	朝飯 豚肉のにんにく醤油炒め 付)スナップエンブレンドウ 豆腐田楽 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(とうらん・昆布・水菜)	【茲法要歓迎】 大根おろし 指連揚げ 豆腐田楽 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(とうらん・昆布・水菜)	【七夕】 新米類 鶏肉の野菜巻 蒸し茄子のおろしポン酢 おひさませんべい	朝飯 鶏肉の照り焼き 付)玉葱 金瓜の煮物 白菜の中華サラダ みそ汁(なめこ・昆布)	朝飯 豚肉のマヨボン酢かけ 豆腐チャイニーズ じゅわん草の煮物 かき玉子(桜菜)	朝飯 ヘルシーの揚げ浸し 付)オクラ じゅわん草の煮物 ほうれん草のお漫し お吸物(花麸・かぶ葉)
おやつ	おやつ(和のパンケーキきなこ)	おやつ(エクレア)	【茲法要おやつ】 おやつ(上用種類)	おやつ(抹茶ラッフル)	おやつ(抹茶頭こしらん)	おやつ(ドームケーキ・チコ)	おやつ(焼きドーナツ)
夕	朝飯 雞肉のゆず醤油ソース 付)ピーマン なしのきめし 小松菜のごまマヨ和え たまご	朝飯 豆腐ハンバーグチキンソース 付)人参コンソ 冬瓜の生姜煮 青梗菜のお漫し うすらん	朝飯 バゲットのみりん焼き 付)白菜 レバートマトの旨煮 もやしの甘酢和え うすらん	朝飯 豚肉のバター醤油ソース 付)ピーマン 大根とささみ揚げの煮物 白菜のおかか和え うすらん	朝飯 ベーコンのキッシュ 付)じゃが芋 大根とささみ揚げの煮物 春雨サラダ フルーツ缶(黄桃)	朝飯 さばの塩レモン焼き 付)大根おろし あさりと里芋の煮物 キャベツの香味和え 春の物(かき玉子漬け)	朝飯 ポークチャップ カリフラワー・ソテー 野菜サラダ フルーツ缶(りんご)
日付	07月11日(月)	07月12日(火)	07月13日(水)	07月14日(木)	07月15日(金)	07月16日(土)	07月17日(日)
朝	朝飯 なすのそぼろ煮 冷奴 みそ汁(玉葱・えのき)	食パン チキンピカ 付)アスパラ マカロニとピーマンの炒め物 フルーツ缶(カクテル) コンソメースープ(小松菜・長葱)	朝飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋どうろ みそ汁(小松菜・えのき)	ミルクロール チーズ・ソース いんげんのごまヨネソース和え りんごジャム フルーツ缶(白桃)	朝飯 だし巻き卵 付)米福 青菜じらすの和え物 みそ汁(玉葱・しみじみ)	朝飯 炒り豆腐 うわらん草のかか和え みそ汁(大根・大根葉)	朝飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の味噌和え みそ汁(えのき・うずまき)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	朝飯 タンドリーチキン 付)人参 アボカドとピーマンの炒め物 フルーツ缶(カクテル) コンソメースープ(小松菜・長葱)	朝飯 中華麺 たらのしそ鍋焼き 付)いんげん 季節の煮物(青肉(りん) 中華スープ(春雨・大根葉)	十五穀米ご飯 肉うすらん 季節の煮物(青肉(りん)) 中華スープ(春雨・大根葉)	【お好み食】 鶏丼 付)オクラ ほうれん草の煮漫し カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・貝類)	朝飯 鶏肉の味噌焼き 付)オクラ ほうれん草の味噌 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・貝類)	朝飯 鶏肉の味噌焼き 付)オクラ フルーツ缶(かぶ) 春の物(昆布)	朝飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)プロセリー もやしのソテー みそ汁(冬瓜・貝類)
おやつ	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(スイートロール)	おやつ(ドームケーキ・ミル)	おやつ(原宿ドッグ)
夕	朝飯 ぶりの漬け焼き 付)スナップエンブレンドウ かぶの味噌煮 しななどり味噌の和え物 春の物(じばる)	朝飯 牛丼 ほほのチーズ焼き 付)野菜 野菜とごぼうの旨煮 うめしおじ 春の物(じばる)	朝飯 ボーカツ 付)キッシュ じゃが芋のポトフ トマトサラダ 春の物(昆布)	朝飯 ミートローフ 付)バスタ 小松菜とかいのニンニク炒め トマトサラダ 春の物(昆布)	朝飯 回転肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル フルーツ缶(黄桃)	朝飯 さわらのボン酢かけ 付)スナップエンブレンドウ ひじきの煮物 キャベツのごま和え あみえび味噌	朝飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草とキノコの和え物 みそ汁(おつむ・かから)
日付	07月18日(月)	07月19日(火)	07月20日(水)	07月21日(木)	07月22日(金)	07月23日(土)	07月24日(日)
朝	朝飯 がんもの煮物 二色和え みそ汁(玉葱・かから)	マーブル食パン オムレツ 付)アスパラ カリラバーの和風サラダ マヨレードジャム フルーツ缶(白桃)	朝飯 納豆 お魚ハーブグ しきなとさつま揚げの煮漫し みそ汁(さつま・みつば)	食パン お魚ハーブグ 付)オクラ みそ汁(さつま・みつば)	朝飯 厚揚げの治部煮 チゲン煮の和え物 みそ汁(もやし・かから)	朝飯 じが芋とさつま揚げの炒め物 白菜のゆかり和え みそ汁(えのき・水菜)	朝飯 じーーんとさつま揚げの炒め物 ほうれん草とキノコの和え物 みそ汁(おつむ・かから)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	朝飯 さばの生姜煮 付)花形人参・いんげん かぶのそぼろがけ しなのりナーチャッズ かき玉子	朝飯 冷やし中華 焼き餃子 ほうれん草のわさび和え ぶどうゼリー	朝飯 ぶりの山椒焼き 付)おろし 季節の煮物 キッシュのサラダ キッシュのさわやか味 うずら豆	朝飯 若鶏肉山椒揚げ 付)玉葱 冬瓜のえびあんかけ きゅうりの塩昆布漬け みそ汁(豆腐・かぶ)	朝飯 小松菜とほたての炒め物 花野菜ミネ みそ汁(うすまき・長葱)	【土用の丑の日】 うなぎらしらずし 冬瓜のくず煮 春芽となごこの梅山葵和え お吸物(あさり・みつば)	朝飯 夏野菜キーマカレー コールドローサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) 杏仁チーズ コンソメースープ(セロ・しめじ)
おやつ	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(ショートブレーフ)	おやつ(トマト・モカミキ・しあん)
夕	朝飯 ぶりの漬け焼き 付)スナップエンブレンドウ かぶの味噌煮 しななどり味噌の和え物 春の物(じばる)	朝飯 牛丼 ほほのチーズ焼き 付)野菜 野菜とごぼうの旨煮 うめしおじ 春の物(じばる)	朝飯 ボーカツ 付)キッシュ じゃが芋のポトフ トマトサラダ 春の物(昆布)	朝飯 ミートローフ 付)バスタ 小松菜とかいのニンニク炒め トマトサラダ 春の物(昆布)	朝飯 回転肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル フルーツ缶(黄桃)	朝飯 さわらのボン酢かけ 付)スナップエンブレンドウ ひじきの煮物 キャベツのごま和え あみえび味噌	朝飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草とキノコの和え物 みそ汁(おつむ・かから)
日付	07月25日(月)	07月26日(火)	07月27日(水)	07月28日(木)	07月29日(金)	07月30日(土)	07月31日(日)
朝	朝飯 里芋のそぼろ煮 オクラのほか和え みそ汁(豆腐・みつば)	食パン ベーコンといんげん炒め 豆芽とぶりりゅうり ワッフル・ジャム フルーツ缶(白桃)	朝飯 コーエーロール うなぎと白菜のコンソメ 豆芽とぶりりゅうり みそ汁(いのき・かから)	朝飯 お魚ハーブグ 付)キッシュ いんごジャム フルーツ缶(洋梨)	朝飯 お魚ハーブグ 付)オクラ みそ汁(いのき・かから)	朝飯 お魚のミソ酢焼き 付)オクラ みそ汁(豆腐・泡搾け)	朝飯 らくわのうなぎ カリラバーのごま醤油和え みそ汁(長葱・かから)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	朝飯 第二段 鶏肉の塩焼め 付)アスパラ ごぼうの甘辛炒め煮 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(豆腐・さつま芋)	【選食】朝飯 鶏肉の塩焼め 付)タルタル醤 付)スナップエンブレンドウ ごぼうの甘辛炒め煮 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(油揚げ・大根葉)	【選食】朝飯 鶏肉の塩焼め 付)キッシュ 豆芽とぶりりゅうり みそ汁(いのき・かから)	【選食】朝飯 裏芋ちゃんぽん麺 牛丼ロウグ 付)キッシュ 豆芽とぶりりゅうり みそ汁(いのき・かから)	【選食】朝飯 チキンステーキオノオソース 付)キッシュ 豆芽とぶりりゅうり みそ汁(いのき・かから)	【選食】朝飯 裏芋ちゃんぽん麺 牛丼ロウグ 付)キッシュ 豆芽とぶりりゅうり みそ汁(豆腐・泡搾け)	【選食】朝飯 らくわのうなぎ カリラバーのごま醤油和え みそ汁(長葱・かから)
おやつ	おやつ(スイートロールモカ)	おやつ(きしめんぐれ)	おやつ(モカミキ)	おやつ(ガステラ)	おやつ(いちご・萬能パン)	おやつ(ようかん)	おやつ(すんだごら焼)
夕	朝飯 かに玉 焼きビーフン ハムと白菜の中華サラダ フルーツ缶(カクテル)	朝飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘辛 大根サラダ 昆布佃煮	めばるの七味焼き 付)オクラ 肉じゃが ほうれん草のボン酢和え 春の物(ほんとう)	朝飯 赤魚の生姜煮 付)長葱 ちくわと玉葱のソテー うずら豆	朝飯 めばるの七味焼き 付)オクラ 肉じゃが かくわと玉葱のソテー うずら豆	朝飯 めばるの七味焼き 付)オクラ 肉じゃが かくわと玉葱のソテー うずら豆	朝飯 豆腐スチーキ中華あん けいわーん ひじきの五目煮 白菜のから・マヨ和え 春の物(しのぞの漬け)