

月間献立表

日付	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 150 がんと大根の煮物 いりこみそ みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	御飯 150 さつまいもの炒め煮 のり佃煮 みそ汁(かぶ・貝割) 牛乳	御飯 150 ニール 付)畑菜 みそ汁(かぶ・ツ・カカ) 乳酸菌飲料	食パン 90 オムツ 付)アロコリ ジャム コンソメスープ(白菜・油揚げ) 牛乳	御飯 150 にしんの梅煮 付)いんげん ふりかけ みそ汁(かぶ・かぶ菜) 牛乳
日付昼	御飯 150 鶏肉の列列ソース焼き 付)ホウリ ユールローチ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(アサゲ菜・人参)	御飯 150 鶏肉の鶏湯焼き 付)れんげ 冬瓜の冷やし鉢 フルーツ缶(ミックス) みそ汁(さつま芋・大根菜)	御飯 150 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース 付)レモン フルーツ缶(バナナ) みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 150 白身魚の野菜あんかけ アサゲ菜の和え物 フルーツ缶(オレンジ) みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 150 シニアトカレー カレーライス ゼリー(キウイ) 香の物(福神漬)
15時食	おやつ(ヨーヨーサンド)	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(ほうれん草・うずまさき)	おやつ(メロンゼリー)	おやつ(かすてら饅頭)
夕	御飯 150 さつまいもの山椒焼き かぼちの煮物 小松菜と揚げのお浸し	御飯 150 豚肉の鶏湯炒め 付)いんげん 大根のゆかり和え	御飯 150 アヲ二種盛り 付)いんげん 冬瓜とちくわの煮物 なすのおろし醤油和え	御飯 150 松風焼き 焼き餃子 ほうれん草のナムル	
日付朝	御飯 150 厚揚げと白菜の煮物 たいみそ みそ汁(生葱・カカ) 牛乳	御飯 150 野菜つみれと大根の煮物 みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳	食パン 90 スクアアルツ ジャム コンソメスープ(冬瓜・かぶ菜) 乳酸菌飲料	御飯 150 なすのそぼろ煮 ふりかけ みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳	御飯 150 だし巻卵 付)畑菜 ふりかけ(しそ) みそ汁(大根・うずまさき)
日付昼	御飯 150 鶏肉のマスター焼き 付)アロコリ フルーツ缶(バナナ) みそ汁(小松菜・うずまさき)	御飯 150 鶏肉のマスター焼き 付)アロコリ フルーツ缶(バナナ) みそ汁(小松菜・うずまさき)	御飯 150 お魚ハバーグ 付)いんげん れんげんの炒り煮 みそ汁(豆腐・カカ)	御飯 150 なすのそぼろ煮 みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳	御飯 150 なすのほうれん草ソース 付)いんげん キャベツのチヂミ フルーツ缶(マンゴー) トマトソース
15時食	おやつ(お重さまゼリー)	おやつ(ロールケーキがた)	おやつ(バナナアラハロア)	おやつ(餃子饅頭)	おやつ(ガスア)
夕	御飯 150 干草焼き 和風あん かぶの煮物 いんげんのピーマン和え	御飯 150 かぶの生煮 付)花 卵の花 ほうれん草の酢みそがけ	御飯 150 豚肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 ほうちん 金山寺みそ みそ汁(玉葱・カカ) ヨーグルト	御飯 150 牛肉ときのこの炒め煮 里芋とちくわの含め煮 アロコリのおかか和え
日付朝	御飯 150 お揚げの卵とじ ジャム コンソメスープ(キャベツ・しめじ) 乳酸菌飲料	御飯 150 お揚げの卵とじ ジャム コンソメスープ(キャベツ・しめじ) 乳酸菌飲料	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 なすのそぼろ煮 みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳	御飯 150 なすのほうれん草ソース 付)いんげん キャベツのチヂミ フルーツ缶(マンゴー) トマトソース
日付昼	御飯 150 さばのみそ焼き 付)小松菜 豆腐チキ ゼリー お吸物(えのき・カカ)	御飯 150 さばのみそ焼き 付)小松菜 豆腐チキ ゼリー お吸物(えのき・カカ)	御飯 150 かぶの揚げ浸し 付)大根・人参 青菜の錦糸和え みそ汁(しょうゆ・ねぎ)	御飯 150 かぶの揚げ浸し 付)大根・人参 青菜の錦糸和え みそ汁(しょうゆ・ねぎ)	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し
15時食	おやつ(抹茶パンケーキ)	おやつ(抹茶パンケーキ)	おやつ(バナナサンド)	おやつ(バナナサンド)	おやつ(バナナサンド)
夕	御飯 150 チキンのカレー 付)いんげん ジャム コンソメスープ(冬瓜・大根菜) 乳酸菌飲料	御飯 150 チキンのカレー 付)いんげん ジャム コンソメスープ(冬瓜・大根菜) 乳酸菌飲料	御飯 150 豚肉と野菜の甘辛炒め つみれと里芋の煮物 付)アヲ・トマト ほうれん草のごま和え	御飯 150 さつまいもの炒め煮 金山寺みそ みそ汁(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 ふりかけ みそ汁(豆腐・大根菜) ヨーグルト
日付朝	御飯 150 あじの漬け焼き 付)アサゲ菜 ひじきの煮物 長手とろろ	御飯 150 あじの漬け焼き 付)アサゲ菜 ひじきの煮物 長手とろろ	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 なすのそぼろ煮 みそ汁(しろな・玉葱) 牛乳	御飯 150 なすのほうれん草ソース 付)いんげん キャベツのチヂミ フルーツ缶(マンゴー) トマトソース
日付昼	御飯 150 あじの南蛮漬け アサゲ菜炒め フルーツ缶(オレンジ) 中華スープ(長葱・椎茸)	御飯 150 あじの南蛮漬け アサゲ菜炒め フルーツ缶(オレンジ) 中華スープ(長葱・椎茸)	御飯 150 黄金かじの煮付け 付)人参・オア 五目お好み みそ汁(しょうゆ・貝割)	御飯 150 黄金かじの煮付け 付)人参・オア 五目お好み みそ汁(しょうゆ・貝割)	御飯 150 鶏肉のニースター焼き 冷奴 抹茶デザート
15時食	おやつ(バナナケーキ)	おやつ(バナナケーキ)	おやつ(バナナケーキ)	おやつ(バナナケーキ)	おやつ(バナナケーキ)
夕	御飯 150 お好み焼き風卵焼き 付)いんげん なすの含め煮 ほうれん草の辛子和え	御飯 150 お好み焼き風卵焼き 付)いんげん なすの含め煮 ほうれん草の辛子和え	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 さつまいもの炒め煮 金山寺みそ みそ汁(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 ふりかけ みそ汁(豆腐・大根菜) ヨーグルト
日付朝	御飯 150 和風ミートボール うめひしお みそ汁(白菜・うずまさき)	御飯 150 厚揚げと白菜の煮物 ふりかけ みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳	御飯 150 厚揚げと白菜の煮物 ふりかけ みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳	御飯 150 厚揚げと白菜の煮物 ふりかけ みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳	御飯 150 厚揚げと白菜の煮物 ふりかけ みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳
日付昼	御飯 150 さばの南部焼き 付)人参きんぴら 里芋とちくわの煮物 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(かぶ・かぶ菜)	御飯 150 さばの南部焼き 付)人参きんぴら 里芋とちくわの煮物 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(かぶ・かぶ菜)	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 さつまいもの炒め煮 金山寺みそ みそ汁(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 ふりかけ みそ汁(豆腐・大根菜) ヨーグルト
15時食	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(オレンジゼリー)
夕	御飯 150 あじの香味焼き 付)畑菜 なすの煮浸し アヲとえのきのゆず醤油和え	御飯 150 あじの香味焼き 付)畑菜 なすの煮浸し アヲとえのきのゆず醤油和え	御飯 150 鶏肉のホクホク炒め さつま芋と昆布の煮物 野菜とたまごのお浸し	御飯 150 さつまいもの炒め煮 金山寺みそ みそ汁(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 ふりかけ みそ汁(豆腐・大根菜) ヨーグルト

イベントメニュー
 7/7(水) セーターメニュー
 7/18(土) おでかけランチ
 7/22(水) お誕生日メニュー
 7/26(日) 土用の丑の日メニュー

