



行事食

1日 おついたち(赤飯)
7日 セタメニュー
12日 誕生会
24日 土用の丑

献立一覧表

2024年 7月

[常食]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	バターロール ブルーベリージャム りんごゼリー カルシウムミルク	ヨモギロール カルシウムヨーグルト フルーツ牛乳	あんパン ブルーベリーゼリー 牛乳	レモンロール コアコアヨーグルト カルシウムミルク	レーズンロール ラフランスゼリー 牛乳	黒糖ロール ソッフル元氣ヨーグルト いちごオレ	ツナパン ピーチゼリー 牛乳
昼食	赤飯 鶏肉の南蛮漬け だし巻き卵 おくらと長芋の和え物 白菜のみそ汁 みかん缶	ピラフS 冷やしとろろごん 豆腐ナゲット キャベツと青さのナムル ビタミンゼリー	ごはん 鶏肉のすき焼き風 人参シリシリ 刻み大根の梅肉あえ 豆腐のすまし汁 フルーツヨーグルト	ごはん にんじんの生姜煮 白菜のうま煮 ひじきサラダ めくのみそ汁 いちごゼリー	ごはん デミグラスソースハンバーグ 茹でほうれん草(付け合わせ) マカロニサラダ 大根の洋風煮 コンソメスープ おろしりんご	ごはん 豚しゃぶ梅肉ソース野菜添え ひじき煮 鶏とネギのさつま揚げ 白菜のみそ汁 バナナムース	まめごはんS 七夕そうめん きゅうりと穴子の酢の物 水ようかん ミルージュ(ヤクルト社)
夕食	ごはん さばの塩焼き 味付け花人参(付け合わせ) レバーの生姜煮 かにかまと玉ねぎのサラダ 大根のみそ汁	ごはん 麻婆茄子 青菜とピーマンのから揚げ きゅうりの胡麻和え 中華スープ	ごはん 赤魚のトマトカレー煮 ほうれん草のピーナツあえ 煮豆 コンスープ	ごはん 鶏の西京焼き さつま揚げの煮物 みかんなます 椎茸のすまし汁	ごはん 牛肉と豆腐の卵とじ かぼちゃの含め煮 かりフラワーのサラダ キャベツのみそ汁	ごはん ぶりの甘酢あんかけ はんぺんの磯辺揚げ おからとツナのサラダ たまねぎのみそ汁	ごはん めねけの酒蒸し 刻み大根の梅肉あえ 切り昆布と油揚げの煮物 大根のみそ汁
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	コアロール カルシウムヨーグルト 野菜ジュース	コーヒーロール コアコアヨーグルト カルシウムミルク	メロンパン ブルーベリーゼリー 牛乳	黒ゴマロール ソッフル元氣ヨーグルト コーヒー牛乳	オレンジロール りんごゼリー 牛乳	チーズカレーパン カルシウムヨーグルト フルーツ牛乳	ヨモギロール ラフランスゼリー カルシウムミルク
昼食	ごはん いわしの生姜煮 人参とわかめの土佐煮 切干大根のハニービクルス 豆腐のみそ汁 パイナップル	ごはん 鶏のマーメレード煮 豆腐ナゲット チーズと黒胡椒のキャベツサラダ コンソメスープ ミネゼリー	ごはん メンチカツ カリフラワーとブロッコリーの洋風煮 ポテトサラダ コンスープ ヤクルト	ごはん キーマカレー(具) ピーマン ごぼうサラダ ココア	ごはん 一口とんかつ 茹でいんげん(付け合わせ) おからとツナのサラダ キャベツのコンソメ煮 たまねぎのトマトスープ アイスデザート	ごはん 鯉の塩焼き 甘酢しょうが(付け合わせ) ひじきと大根のサラダ キャベツと海揚げの煮びたし モヤシのみそ汁 いちごゼリー	ごはん タンポポチキン マカロニのチーズクリーム 豆とコーンのオーロラソース和え コンスープ フルーツヨーグルト
夕食	ごはん 牛肉の甘辛 さつま芋のそぼろ煮 コーンスープ 中華スープ	ごはん にんじんの蒲焼き 彩り卵とじ オクラととろろ キャベツのみそ汁	ごはん あじの漬け焼きごま風味 茹でいんげん(付け合わせ) 人参シリシリ わかめと玉ねぎのツナサラダ めくのみそ汁	ごはん さばの味噌煮 チーズ入磯辺かまぼこ 小松菜と海揚げの煮浸し 豆腐のすまし汁	ごはん たらと和風あんかけ しゅうまい きゅうりと中華サラダの和え物 大根のみそ汁	ごはん 肉じゃが やわらか鶏肉の天ぷら かりフラワーと小松菜のお浸し 椎茸のすまし汁	ごはん 天然ぶりの照焼き 茹でいんげん(付け合わせ) 青菜と海老の炒め物 みかんなます めくのみそ汁
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	黒糖ロール コアコアヨーグルト いちごオレ	バターロール いちごジャム ヨーグルト 牛乳	レーズンロール ソッフル元氣ヨーグルト カルシウムミルク	とろけるマヨチーズパン ピーチゼリー 牛乳	黒ゴマロール カルシウムヨーグルト 野菜ジュース	コアロール ブルーベリーゼリー カルシウムミルク	チーズロール コアコアヨーグルト コーヒー牛乳
昼食	梅しらすごはんS 冷やし中華 ごぼうサラダ ヤクルト	ごはん めねけのクリーム煮 フライドポテト(カレー) キャベツとコーンのお浸し コンソメスープ おろしりんご	ごはん 海老入りかき揚げ丼(具) 人参とわかめの土佐煮 3色豆のツナマヨサラダ 白菜のみそ汁 ビタミンゼリー	ごはん 白身魚の揚げ煮 しゅうまい 切干大根のハニービクルス 中華スープ バナナムース	ごはん 鶏つくねと大根の煮物 卵の花 コールスローサラダ めくのみそ汁 みかん缶	ごはん ビビンバ(具) さつま芋の甘煮 わかめと玉ねぎのツナサラダ はるさめスープ ヤクルト	ごはん たらと竜田揚げ きゅうりの胡麻和え ピーマン 大根のみそ汁 メロンゼリー
夕食	ごはん にんじんの山椒煮 ひじきサラダ 豆乳がんともの含煮 たまねぎのみそ汁	ごはん ポークチャップ 小松菜のソー マカロニサラダ コンスープ	ごはん 豚の甘辛煮 春雨の五目炒め ほうれん草のピーナツあえ 豆腐のすまし汁	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 切り昆布と油揚げの煮物 オクラととろろ キャベツのみそ汁	ごはん カレーの中華あんかけ 厚焼き卵 かりフラワーと小松菜のお浸し エノキのすまし	ごはん いわしの梅煮 青菜とピーマンのから揚げ ポテトサラダ たまねぎのみそ汁	ごはん チキンステーキ 茹でいんげん(付け合わせ) 具沢山野菜の煮込み 3色豆のツナマヨサラダ コンスープ
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	ベーコンパン ヨーグルト 牛乳	オレンジロール りんごゼリー カルシウムミルク	コーヒーロール ソッフル元氣ヨーグルト フルーツ牛乳	レモンロール ラフランスゼリー 牛乳	チーズカレーパン コアコアヨーグルト カルシウムミルク	ヨモギロール ピーチゼリー 牛乳	レーズンロール カルシウムヨーグルト いちごオレ
昼食	ごはん 鶏の西京焼き かぼちゃの含め煮 ごぼうサラダ こまつなのみそ汁 パイナップル	ごはん チーズ入りチキンカツ 人参とわかめの土佐煮 かりフラワーのマリネ 切干大根とコーンのスープ煮 キャベツのトマトスープ バナナムース	ごはん 六子丼(具) 豆腐けんちん煮 ほうれん草のお浸し 白菜のみそ汁 アイスデザート	ごはん いわしの山椒煮 卵の花 人参と鶏のサラダ めくのみそ汁 バナナ	ピラフS ソース焼きそば ほうれん草と玉ねぎのソテー チーズ入磯辺かまぼこ ミルクティー	ごはん 赤魚の西京焼き 甘酢しょうが(付け合わせ) 小松菜と海揚げの煮浸し かにかまと玉ねぎのサラダ エノキのすまし フルーツヨーグルト	ごはん ルーロー飯(具) かぼちゃの含め煮 きゅうりの胡麻和え 中華スープ ビタミンゼリー
夕食	ごはん 豆腐ハンバーグ おろしあん(ハンバーグ用) 茹でブロッコリー(付け合わせ) 茄子の旨煮 スパゲティサラダ コンソメスープ	ごはん ぼっけの塩焼き 茹でいんげん(付け合わせ) からし菜ときくらげの田舎煮 オクラととろろ 豆腐のみそ汁	ごはん 鶏の照り焼き とうもろこしと豆のチリソース煮 キャベツのマリネ コンスープ	ごはん 肉団子の中華あん かりフラワーとブロッコリーの洋風煮 マカロニサラダ 中華スープ	ごはん さばのみぞれ煮 豆腐ナゲット ひじきサラダ キャベツのみそ汁	ごはん 牛肉と豆腐の卵とじ きんぴらごぼう おくらと煮手の和え物 大根のみそ汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 煮豆 スパゲティサラダ たまねぎのみそ汁
	29(月)	30(火)	31(水)				
朝食	バターロール オレンジジャム りんごゼリー カルシウムミルク	黒糖ロール ヨーグルト 野菜ジュース	黒ゴマロール ブルーベリーゼリー 牛乳				
昼食	ごはん 白身魚のピカタ タルタルソース 茹でブロッコリー(付け合わせ) キャベツのコンソメ煮 根菜サラダ コンスープ マンゴー缶	ごはん 豚丼(具) 五目厚焼玉子 キャベツと青さのナムル めくのみそ汁 バナナ	ごはん 鶏ももの唐揚げ 茹でキャベツ人参(付け合わせ) 切り昆布と油揚げの煮物 刻み大根の梅肉あえ 白菜のみそ汁 洋ナシ缶				
夕食	ごはん タンポポチキン 大根の洋風煮 ほうれん草のピーナツあえ コンソメスープ	ごはん いわしの生姜煮 豆とコーンのオーロラソース和え 豆腐のみそ汁	ごはん さばの味噌煮 しゅうまい チーズ入磯辺かまぼこ エノキのすまし				

*都合により献立を変更することがあります。