

予定献立一覧表

常食

2024年7月1日(月)

～ 2024年7月31日(水)

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	
朝	御飯 鮭の塩焼き 小松菜のおひたし 味噌汁(サ・油) 牛乳200ml	パン オムレツ 花野菜サラダ パンプキンスープ 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 もやしのごま和え 味噌汁(ジャガ・玉) 牛乳200ml	パン 南瓜グラタン 温野菜サラダ コンソメスープ(サ・マ) 牛乳200ml	御飯 鰯のかつお煮 キャベツの梅ドレ和え 味噌汁(なめこ・葱) 牛乳200ml	パン ウイナーポトフ風 フルーツ(黄桃缶) 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子 さつま揚げの炒め煮 味噌汁(油・玉) 牛乳200ml	御飯 赤魚の粕漬焼き 野菜とハムの炒め物 味噌汁(キャ・揚げ) 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ サツと人参の和え物 コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 鰯の生姜醤油焼き キャベツの和え物 味噌汁(サ・油) 牛乳200ml	
昼	御飯 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 ほうれん草のホン酢和え 味噌汁(サ・しめじ)	御飯 鶏肉と卵の親子煮 蟹ときゅうりの酢の物 ミックスフルーツ 味噌汁(豆腐・揚)	ハヤシライス キャベツとツナのサラダ フルーツヨーグルト(パイ)	御飯 麻婆豆腐 海老にら饅頭 ほうれん草のナムル 中華スープ(マ・ネ)	御飯 鰯のムニエル 野菜のトマト煮 グリーンサラダ コンソメスープ(サ・コン)	七塔そうめん エビ天ぷら 鶏と野菜ジュレサラダ 七塔杏仁フルーツ	御飯 鶏肉のニラ炒め 大豆の炒め煮 大根とツナの和え物 味噌汁(里芋・葱)	御飯 牛肉豆腐 小松菜とかにの炒め物 フルーツ(洋梨缶) 味噌汁(サ・ダイ)	御飯 海老と野菜の炒め物 ほうれん草焼売 ナムル風 中華スープ(白・コ)	御飯 夏野菜と牛肉の炒め かぼちゃの甘煮 ねばねば野菜の和え物 清汁(ほう・麩)	
間	アイス(チョコ)	いちごババロア	上用饅頭(白)	黒糖カステラ	プチケーキ	ようかん	七塔の練切	今川焼	ババロア チョコ	リングドーナツ	
夕	御飯 カレイのタルタル焼き 白菜とベーコンの炒め物 フルーツゼリー(ピ) トマトスープ	御飯 鰯のみりん醤油焼き 大根と厚揚げの煮物 ほうれん草の和え 味噌汁(オクラ・エキ)	御飯 牛肉と白滝の煮物 こぶき芋 胡瓜の甘酢生姜和え 味噌汁(オクラ・トウ)	御飯 鰯の味噌煮 エビと小松菜の炒め物 三色豆 根菜汁	御飯 鶏肉と茄子の味噌炒め さつま芋のレモン煮 カニカマの酢の物 味噌汁(サ・油)	御飯 ムツの磯風味焼き 里芋の鶏そぼろ煮 ほうれん草の白和え 味噌汁(キャ・まい)	御飯 豚肉のガーリックバター炒め ポテトサラダ フルーツ(みかん缶) マカロニスープ	御飯 鰯の塩焼き 切干大根の炒り煮 大根の梅マヨ和え 清汁(カブ)	御飯 冷しゃぶポン酢卸し じゃがいもの炒め物 三色豆 味噌汁(玉葱・オクラ)	御飯 豚肉と大根の甘辛煮 さつま揚げの炒め物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(油・玉)	
	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	
朝	パン グチャップ炒め コーンスロー パンプキンスープ 牛乳200ml	御飯 カレイの生姜醤油焼き 小松菜なめたけ和え 味噌汁(ジャ・若布) 牛乳200ml	パン えびのクリーム煮 キャベツサラダ 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 白菜のピナツ和え 味噌汁(さつま・イ) 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ インゲンの胡麻和え 味噌汁(オクラ・玉) 牛乳200ml	パン 洋風玉子焼き 花野菜サラダ コンソメスープ(サ・マ) 牛乳200ml	御飯 目玉焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁(若布・じゃが) 牛乳200ml	パン えび団子のトマト煮 大根揚げ 牛乳200ml	御飯 海老と野菜の炒め物 小松菜の胡麻和え 味噌汁(椎茸・ダイ) 牛乳200ml	パン 野菜とベーコンのコンソメ煮 玉子サラダ 牛乳200ml	
昼	御飯 五目玉子焼き 小松菜の煮浸し れんこんの和え物 味噌汁(しめじ・玉)	御飯 八宝菜 春雨中華サラダ 杏仁豆腐 中華スープ	御飯 鰯のタルタル焼き 小松菜の炒め物 和風マカロニスーダ 味噌汁(豆腐・揚)	御飯 鰯の梅シ風味焼き 里芋のずんだ和え とろろ芋 味噌汁(豆腐・なめ)	御飯 鮭の塩麹焼き レンコンの炒め物 もずくの酢の物 けんちん汁	御飯 鶏のチーズパン粉焼き えびと豆のサラダ フルーツ(リンゴ缶) トマトスープ	御飯 カレイの山椒焼き 高野豆腐の煮物 大根と帆立マヨ和え のっぺい汁	御飯 鶏肉と卵の親子煮 蓮根きんぴら 胡瓜の甘酢生姜和え 味噌汁(さつま・葱)	御飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 杏仁フルーツ 卵の中華スープ	御飯 シーフードカレー 鶏とトマトのサラダ マスカットゼリー	
間	黒糖ケーキ	梅ようかん	2色のロールケーキ	たい焼き	クレープ(バナナ)	プチケーキ	キャラメルプリン	どらやき	バームクーヘン	水まんじゅう	
夕	御飯 鰯のバター醤油焼き 高野豆腐の煮物 インゲンサミの和え 清汁(サ・油)	御飯 鶏肉のゴマダレかけ 金平ごぼう わかめと胡瓜の酢の物 清汁(麩・葱)	御飯 豚肉のホン酢おろし掛 じゃがとベーコンの炒め 煮豆(うぐいす豆) 清汁(麩・三つ葉)	御飯 牛肉のオイスター炒め 里芋の鶏そぼろかけ カクテルゼリー 清汁(えのき・葱)	御飯 鰯の生姜焼き かぼちゃのいとこ煮 キュウとかにの酢の物 味噌汁(かぶ)	御飯 鰯の塩だれ炒め 大学芋風 フルーツ(白桃缶) 味噌汁(サ・油)	御飯 鮭のピザ焼 ツナサラダ リンゴのコンポート コンソメスープ	御飯 鰯の香味焼き 昆布と野菜の煮物 長芋とおくら和え 清汁(豆腐)	御飯 鶏肉と大根の生姜煮 ひじきと根菜の炒め 白菜なめたけ和え 味噌汁(トウ・マ)		
	21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)
朝	御飯 いわしの梅煮 大根のツナマヨ和え 味噌汁(サ・サ)	御飯 ウイナーのたまごとじ 納豆 味噌汁(小松菜) 牛乳200ml	パン 鶏肉団子のトマト煮 フルーツ(みかん缶) 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ ごぼうサラダ 味噌汁(揚・ネ) 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ フルーツ(カキル) コンソメスープ 牛乳200ml	御飯 鰯の生姜醤油焼き ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(ワカ・玉) 牛乳200ml	パン ベーコンと野菜スープ煮 茹で野菜サラダ 牛乳200ml	御飯 赤魚の粕漬焼き チンゲン菜のお浸し 味噌汁(玉葱・揚げ) 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ キャベツとウイナーの炒め 味噌汁(オクラ・エ) 牛乳200ml	パン 肉団子のクリーム煮 フルーツ(りんご缶) 牛乳200ml	御飯 厚焼き玉子 さつま揚げの炒め物 味噌汁(小松・占地) 牛乳200ml
昼	御飯 鶏肉のバター醤油炒め 豆のトマト煮 ももヨーグルト ABCスープ	御飯 カレイのムニエル風バターソース スパサラダ フルーツ(バナナ) 豆乳スープ	御飯 豚肉のやきにく炒め 南瓜の煮物 なめたけおろし和え 味噌汁(あおさ)	うな井 冬瓜とがんもの煮物 大根とキュウの浅漬 清汁(マイタケ・茗荷)	御飯 鶏肉と白菜の甘辛煮 ナスの油炒め フルーツ(マンゴー) 味噌汁(なめこ・葱)	御飯 夏野菜豚肉の味噌炒め 切昆布の煮物 みつ豆 清汁(豆腐・葱)	御飯 ビーフカレー 大根ツナサラダ りんごヨーグルト	御飯 牛じゃが キャベツとキノコの炒め とろろ芋 味噌汁(若布・エキ)	カレイのチーズパン粉焼 ハムとベーコンのソテー りんごゼリー コンソメスープ	御飯 豚肉とアスパラの卵炒め じゃが芋の煮物 小松菜の白和え 清汁(カブ)	御飯 鮭の柚子風味焼き なすとインゲンの炒め カクテルゼリー 味噌汁(里芋・葱)
間	ドームケーキ	いちごクレープ	きみしぐれ	ヨーグルトケーキ	チョコドーナツ	ワッフル	今川焼きカスタード	黒糖まんじゅう	プチシュー	蜂蜜カステラ	いちごプリン
夕	御飯 鰯の味噌焼き ひじきの煮物 なすの揚げ浸し 清汁(あさり)	御飯 鶏肉の中華煮込み 餃子 もやしの梅ごま和え 中華スープ(青・人)	御飯 ムツの照り焼き がんと煮物 もやしの梅和え 清汁(えのき・葱)	御飯 牛肉のニンニク風味炒め 里芋の煮ころがし 小松菜のくるみおろし 味噌汁(サ・油)	御飯 鰯のポン酢卸し餡かけ じゃが芋と蓮根の煮物 かぶと人参の酢の物 味噌汁(サ・白)	御飯 海鮮炒め 厚揚げの煮物 枝豆しらすおろし 味噌汁(かぼ・玉)	御飯 野菜と豚肉ホン酢炒め ほうれん草バターソテー レタスサラダ パンプキンスープ	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き ほうれん草バターソテー レタスサラダ パンプキンスープ	御飯 豚肉の生姜焼き 野菜の焼き浸し 鶏ササミのマヨ和え 味噌汁(にら・じゃが)	御飯 鰯の塩焼き ひじきの煮物 フルーツ(みかん缶) 味噌汁(サ・白菜)	御飯 鶏肉のピカタ ポパイソテー かぼちゃサラダ トマトスープ