

予定献立

2023年7月

| 曜日 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 日にち | 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 |
| 朝食 | ご飯 みそ汁 玉子ロール エンドウと油揚げの煮物 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 ウインナーの野菜炒め なめこおろし 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 納豆 小松菜と油揚げの煮浸し 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 厚焼玉子 かぶの煮物 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 ミートボール ほうれん草としめじの和え物 漬物・牛乳 | ロールパン みそ汁 ほうれん草 オムレツ ベーコンと野菜のソテー バナナ・牛乳 | ご飯 みそ汁 赤魚の西京焼 とろろ 梅干し・牛乳 | ご飯 みそ汁 ソフトいなりの煮物 にらともやしのお浸し 漬物・牛乳 |
| 昼食 | ご飯 鶏肉のチーズ蒸し焼き ゴーヤの炒め物 マロニーサラダ | ご飯 サバの塩レモン焼 カリフラワーのコンソメ煮 玉ねぎとツナのサラダ | 菜飯 メヌケの煮付 さつまいもの甘煮 スパゲティサラダ バナナ | ご飯 チキンカツ ゼンマイの炒り煮 キャベツとザーサイの中華和え | ご飯 豚肉の香味焼 五目巾着の含め煮 おくら磯辺和え | ご飯 サワラの幽庵焼 ビーフン炒め カリフラワーのおかか和え | ★七タメニュー★ 七タそうめん・天ぷら かぼちゃのサラダ キウイフルーツ ヤクルト | ご飯 アジのさんが焼 さつま揚げと玉ねぎの煮物 きゅうりの酢の物 |
| おやつ | ミニたい焼き | イチゴ蒸しパン | 人形焼 | クレープ(チョコ) | カスタードケーキ | アイス | 七タゼリー | 花ことば(柏屋) |
| 夕食 | ご飯 みそ汁 ホキのきのこあんかけ 刻み昆布の煮物 かぼちゃサラダ | ご飯 みそ汁 豚肉とピーマンの細切り炒め 野菜しんじょう 白菜の和え物 | ご飯 みそ汁 鶏唐揚げの南蛮漬 冬瓜の煮物 もやしの中華サラダ | ご飯 みそ汁 プリの照焼 車麩の煮物 インゲンのごま和え | ご飯 みそ汁 鶏肉のトマト煮 青梗菜の煮浸し 冷奴 | ご飯 みそ汁 鶏肉の照焼 スナックエンドウの炒め 大根サラダ | ご飯 みそ汁 豚肉の塩麴焼 きんぴらごぼう モロヘイヤの生姜和え | ご飯 みそ汁 豚肉のはちみつ照焼 青菜の煮浸し 金時煮豆 |

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

予定献立

2023年7月

| 曜日 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-----|--|--|--|---|--|---|--|---|
| 日にち | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 |
| 朝食 | ご飯 みそ汁 鮭の塩焼 白菜の煮物 昆布佃煮・牛乳 | ご飯 みそ汁 納豆 ウインナーと野菜の炒め物 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 ポークシューマイ 野菜の炒め煮 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 肉詰めいなりの煮物 春菊のお浸し ゆずみそ・牛乳 | ご飯 みそ汁 温泉卵 はんぺんの煮物 梅干し・牛乳 | ご飯 みそ汁 肉野菜炒め 小松菜のピーナツ和え フルーツ缶・牛乳 | ご飯 みそ汁 鮭缶マヨネーズ添え かぶの煮物 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ 青梗菜のなめだけ和え 昆布佃煮・牛乳 |
| 昼食 | ご飯 鶏肉のしそみそ焼 キャベツの炒め物 マカロニサラダ | ハンバーグピラフ たらこじゃがバター 水菜とトマトのサラダ オレンジ | ご飯 鶏肉の竜田焼 きのこベーコンのスパゲティー アスパラのお浸し | ご飯 さばの胡麻醤油焼 もやしの煮付け カリフラワーの和風サラダ | ご飯 ちくさ焼 ふきの煮物 ポイルエンドウのサラダ | かおりご飯 ホッケの塩焼 大根のひきな炒り オクラの和え物 | ポークカレー 福神漬 野菜のサラダ キウイフルーツ | ご飯 アジの梅煮 じゃがいもと豚肉の味噌炒め アスパラのごま和え |
| おやつ | ココアムース | バームクーヘン | アイス | クリームワッフル | イチゴスペシャル | 葛まんじゅう | 甘納豆 | ショコラブッセ |
| 夕食 | ご飯 みそ汁 豆腐のふんわり天 根菜のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ | ご飯 みそ汁 鶏肉の山椒焼 かぶと油揚げの煮物 ほうれん草お浸し | ゆかりご飯 みそ汁 カレーのおろし煮 ひじきの炒り煮 インゲンとささみのごま和え | ご飯 みそ汁 豚肉のマーマレード照焼 筍のおかか煮 モロヘイヤのしらす和え | ご飯 みそ汁 メヌケの磯辺焼 なすとがんもの煮物 長芋の千切り磯和え | ご飯 みそ汁 豚肉のコチュジャン焼 かぼちゃのごま煮 山菜のお浸し | ご飯 みそ汁 親子煮 三色炒め わかめの和え物 | ご飯 みそ汁 焼肉 豆腐と野菜の旨煮 春雨とカニカマの中華サラダ |

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。

予定献立

2023年7月

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
|-----|-------------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------------------|
| 日にち | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 |
| 朝食 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ロールパン | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | コーンスープ | みそ汁 | 味噌汁 | みそ汁 |
| | 納豆 | 厚焼玉子 | 鮭の粕漬焼 | 肉団子 | オムレツ | ツナのおろし添え | 目玉焼き風 オムレツ | 納豆 |
| | ちくわの煮物 漬物・牛乳 | スナップエンドウのお浸し 漬物・牛乳 | 春菊の和え物 漬物・牛乳 | とろろ 梅干し・牛乳 | ハムと野菜の炒め物 フルーツ缶・牛乳 | インゲンのごま和え のり佃煮・牛乳 | ピーマンとひき肉の炒め 漬物・牛乳 | ひじきの炒り煮 漬物・牛乳 |
| 昼食 | ご飯 | ご飯 | 冷やしタンメン | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| | 松風焼 | さばの味噌煮 | 水餃子 | タラの和風 ムニエル おろしソース | 豚肉のオイスター ソース炒め | 豆腐ステーキ キノコソース | 豚肉の スタミナ炒め | 鶏肉の塩麴焼 |
| | わらびの炒め煮 | 車麩と鶏肉の煮物 | 白菜の昆布和え | なすの生姜煮 | 冬瓜の カニあんかけ | 揚げなすの煮物 | 炒り豆腐 | かぼちゃのそぼろ あんかけ |
| | インゲンの サラダ | もやしの 中華和え オレンジ | バナナ | ほうれん草の 辛子和え | 大根のゆかり和え | 海藻サラダ | 枝豆とわかめの和 え物 | 玉ねぎの 和風サラダ |
| おやつ | スイスロール | ととやき | アイス | あんドーナツ | クレープ (キャラメル) | 杏仁豆腐 | 原宿ドッグ (ココアバナナ) | スイートポテト |
| 夕食 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | 菜飯 | ご飯 |
| | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 | みそ汁 |
| | ホキのタルタル ソース焼 | 肉豆腐 | 鶏のバーベキューソ テー | 豚肉のくわ焼 | メヌケの ネギ塩焼 | ミートローフ | ホッケの蒲焼 | 煮込みハンバーグ |
| | カニシューマイ 玉ねぎサラダ | エリンギの 炒め物 菜の花の おかか和え | かぶとひき肉の煮 物 金時煮豆 | 生揚げのおろし煮 モズクの酢の物 | 野菜しんじょう 青梗菜の和え物 | がんもの煮物 ブロッコリーの サラダ | もやしの煮付け ぜんまいのナムル | キャベツと しめじのソテー カリフラワーの マヨ添え |

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

予定献立

2023年7月

| 曜日 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | |
|-----|--|--|---|--|--|---|---|--|
| 日にち | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | 31日 | |
| 朝食 | ご飯 みそ汁 エビシューマイ 車麩の煮物 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 ほうれん草 オムレツ アスパラの お浸し 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 三色いなりの 煮物 オクラのおろしポ ン酢和え 梅干し・牛乳 | ご飯 みそ汁 さばの塩焼 ウインナーと 野菜の炒め物 フルーツ缶・牛乳 | ご飯 みそ汁 温泉卵 スナックエンドウの 炒め 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 卵とじ インゲンの おかか和え 漬物・牛乳 | ご飯 みそ汁 納豆 キャベツの旨煮 漬物・牛乳 | |
| 昼食 | ご飯 豚肉の韓国焼 里芋とこんにゃくの 煮物 春雨サラダ | ご飯 鶏肉の唐揚 ネギソース ゴーヤと豆腐の 炒めもの 春菊とえのきの 和え物 | ご飯 豚肉の甘辛煮 冬瓜のそぼろ煮 青梗菜の中華和え | チキンカレー 福神漬 マロニーサラダ バナナ | !!お楽しみメニュー!! うなぎちらし寿 司 すまし汁 けんちん風煮物 菜の花のお浸し パイナップル | ご飯 ホッケの味噌漬 焼 筍のきんぴら 小松菜とクラゲの 和え物 | ご飯 豚肉の マーマレード焼 白菜の旨煮 長芋とオクラの梅 肉和え | |
| おやつ | グレープゼリー | 黒糖まんじゅう | ババロア シュークリーム | マドレーヌ | 練り切り | パウンドケーキ | アイス | |
| 夕食 | ご飯 みそ汁 ホキの香味焼 五目煮豆 小松菜の ワサビ和え | ご飯 みそ汁 豚肉のチリソース じゃがいもと ツナの煮物 きゅうりとしらすの 酢の物 | ご飯 みそ汁 かに玉 野菜の煮物 ほうれん草の おかか和え | ゆかりご飯 みそ汁 メヌケの さらさ蒸し 春菊の煮浸し 冷奴 | ご飯 みそ汁 鶏肉の マーマレード照焼 かぼちゃの甘煮 モロヘイヤの 生姜和え | ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼 がんもの煮物 菜の花の和え物 | ご飯 みそ汁 鶏肉の韓国焼 きのこの コンソメソテー アスパラサラダ | |

※材料の発注により献立が変更になることがありますので、ご了承願います。