

22/ 7/ 1(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 ブレンオムレツ* 漬け物 牛乳	22/ 7/ 2(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 小松菜としめじの炒め物 漬け物 牛乳	22/ 7/ 3(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 クリームシイク/バターロール 海そうサラダ コンソメスープ カフェオーレ	22/ 7/ 4(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 がんとどき含め煮 味付けのり 牛乳	22/ 7/ 5(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 じゃがいもごま煮 漬け物 牛乳	22/ 7/ 6(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 キャベツピーナッツ和え 漬け物 牛乳	22/ 7/ 7(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 ごま和え 漬け物 牛乳
22/ 7/ 1(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 鶏肉の味噌焼き (付) キャベツ 野菜の旨煮 菜花のからし和え すまし汁	22/ 7/ 2(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 さわらのマネズコン焼き ★ 里芋とわかめ鳴門煮 野菜のごま和え はるさめスープ	22/ 7/ 3(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 冷やし中華 (外) 中華タレ ゆかりご飯 フランクフルト 鶏肉の唐揚げ	22/ 7/ 4(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 八宝菜 (外) 中華タレ 春巻 付け合わせ 茄子とササミのぼん酢和え フルーチェいちご	22/ 7/ 5(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ソースカツ丼 ★ ソース きんぴらごぼう ほうれん草の磯和え 味噌汁	22/ 7/ 6(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 炒り鶏 野菜の卵とじ 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁麩	22/ 7/ 7(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 《七月行事食》 七夕ちらし寿司 ★さけそぼろ ★錦糸卵 (付) 花人参 コーンと枝豆のかき揚げ (つゆ) ソーメン汁 七夕ゼリー
22/ 7/ 1(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 麻婆茄子 ◎焼きぎょうざ ◎ハンサンスー ★	22/ 7/ 2(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 牛肉すき焼き はんぺんピカタ じゃこ卸し	22/ 7/ 3(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 さばのみそ煮 (付) 花人参 大豆入りひじき煮 アスパラとハムのサラダ すまし汁	22/ 7/ 4(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 照り焼きハンバーグ (ソース) 照り焼きソース (付) ソテー 厚揚げの煮物 スパゲティサラダ	22/ 7/ 5(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 お好み焼き風卵焼き ★ (付) ソテー 竹輪の甘辛煮 ビーンズサラダ フルーツ (缶缶)	22/ 7/ 6(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 魚の西京焼き (付) 煮物 南瓜コロッケ ★ 小松菜の菜種和え	22/ 7/ 7(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 鶏肉のマヨしょうゆ焼き ★ ☆ 冬瓜のえびあん煮 アロコリとカガ香り酢かけ

<< 献立表 >>

22/ 7/ 8(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 豆腐の山椒味噌かけ 漬け物 牛乳	22/ 7/ 9(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 高野豆腐入りひじき煮 漬け物 牛乳	22/ 7/10(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 フォック/材ハター コンソメスープ マカロニサラダ カフェオーレ	22/ 7/11(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 切干大根含め煮 漬け物 牛乳	22/ 7/12(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 ミートオムレツ ふりかけ 牛乳	22/ 7/13(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 フレーク缶(まぐろ) 漬け物 牛乳	22/ 7/14(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 豆腐のおかか煮 漬け物 牛乳
22/ 7/ 8(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 焼き肉風 (付) キャベツ 五目煮メ ゴマ酢和え(もやし) 味噌汁	22/ 7/ 9(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ポークカレー ★ 野菜サラダ フルーツヨーグルトかけ	22/ 7/10(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 魚の和風ステーキ 付け合わせ 五目大豆 ゴマ和え(ほうれんそう) かき玉汁	22/ 7/11(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 海の幸まぜまぜピラフ ★ 野菜サラダ ミネストローネ 杏仁豆腐 (外) シロップ	22/ 7/12(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 メンチカツ (付) キャベツ さつま揚げと野菜炒り煮 ごま和え すまし汁	22/ 7/13(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 茄子のスタミナ豚丼 ★ ★ ★ 冬瓜の信田煮 ピーナッツ和え すまし汁	22/ 7/14(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 しっとりフライドチキン ◎ 付け合わせ 里芋の含め煮 ゆかり和え 野菜コンソメスープ
22/ 7/ 8(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豚ひき肉だんご甘酢煮 (外) 甘酢あん 南瓜の含め煮 三色ナムル	22/ 7/ 9(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 さけのチャンチャン焼き ◎ きんぴらごぼう おくらとえのきからし和え 野菜のすまし汁	22/ 7/10(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ささみそ巻きフライ (付) ドレッシングかけ 大根のツナ煮 パンサンスー	22/ 7/11(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 えび玉 (外) 中華タレ (付) ゆで野菜 切干大根含め煮 キャベツサラダ もやしの中華風スープ	22/ 7/12(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 はちみつ鶏 (付) 付け合わせ 炒り豆腐 れんこんサラダ	22/ 7/13(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豆腐ハンバーグ (付) 卸し (付) ソテー ジャーマンポテト スパゲティサラダ	22/ 7/14(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 鯖の塩焼き (付) 卸し (付) ソテー 五目煮メ オクラのおかか和え 味噌汁

<< 献立表 >>

22/ 7/15(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 野菜のごま和え ふりかけ 牛乳	22/ 7/16(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 クリームシック/材バターロール 野菜ツナサラダ コーンポタージュ カフェオーレ	22/ 7/17(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 じゃが芋とさつまあげ煮物 ふりかけ(かつお) 牛乳	22/ 7/18(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 さやいんげんソテー 漬け物 牛乳	22/ 7/19(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 切干大根含め煮 漬け物 牛乳	22/ 7/20(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 豆腐のおかか煮 ふりかけ 牛乳	22/ 7/21(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 ほうれん草とウケノのソテー 漬け物 牛乳
22/ 7/15(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 五目チャーハン 大根サラダ 中華風スープ アセロラゼリー ★	22/ 7/16(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 さわらの蒸し焼き (丸) 和風たれ 煮メI 春雨のさっぱりサラダ 味噌汁	22/ 7/17(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 冷しゃぶしゃぶ 付け合わせ れんこん煮物 オクラの和え物 赤だし	22/ 7/18(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 とうもろこしご飯 あじの香り焼き ★ 茄子のおろしポン酢かけ ゴマ酢和え(もやし) すまし汁	22/ 7/19(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 チキンライス ★ 盛り合わせサラダ1 ヨーグルトゼリアパリーソース (ソース) ブルベリーソース	22/ 7/20(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 親子煮 (つゆ) がんもどき含め煮 ほうれん草のサラダ すまし汁	22/ 7/21(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ハヤシライス 盛り合わせサラダ1 プリンアラモード (ソース) カラメルソース
22/ 7/15(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豚肉のオスターソース炒め ★ さつま芋の煮物 二色サラダ	22/ 7/16(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ゆで卵入りミートローフ ★ (ソース) ケチャップソース (付) マッシュポテト (付) ゆで野菜 三色きんぴら からし和え	22/ 7/17(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 シーフードフライ (ソース) ウスターソース (付) キャベツ 野菜の旨煮 ひじきサラダゴマネーズ ◎	22/ 7/18(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ホイコーロー ◎ ビーフンの炒め物 チンゲン菜としめじナムル	22/ 7/19(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ハンバーグ茸ソースかけ (ソース) きのこソース (付) ソテー 煮浸しI 春雨友禅和え	22/ 7/20(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 魚の香草パン粉焼き ★ (付) ソテー 野菜炒り煮 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	22/ 7/21(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 みそカツ ★ きんぴらごぼう ミックスサラダ

22/ 7/22(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 煮浸し 漬け物 牛乳	22/ 7/23(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 ピーマンとじゃこ炒り煮 漬け物 牛乳	22/ 7/24(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 材黒糖ロール/バターロール かぼちゃスープ チーズ入りキャベツサラダ カフェオーレ	22/ 7/25(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 がんもどき含め煮 漬け物 牛乳	22/ 7/26(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 山路椀 ふりかけ 牛乳	22/ 7/27(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 大根とちくわ煮物 味付けのり 牛乳	22/ 7/28(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ 漬け物 牛乳
22/ 7/22(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 豚肉しょうが焼き (付) ソテー 高野豆腐含め煮 南瓜サラダ 味噌汁	22/ 7/23(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 《七月行事食》 うな玉丼 ◎夏野菜冷やし鉢 ★★ (付) 花人参 冷やしソーメン汁 抹茶あんみつ ★ (外) シロップ ★★★	22/ 7/24(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 ハニーマスタードチキン 付け合わせ ジャーマンポテト 盛り合わせサラダ コンソメスープ	22/ 7/25(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 豚肉とキノコの和風炒め ほうれん草のナムル 華風卵スープ オレンジゼリー ★	22/ 7/26(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 冷やしうどん (つゆ) 菜飯 コロッケ 付け合わせ フルーツ (苺缶)	22/ 7/27(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 豚肉の柳川風 厚揚げ含め煮 カリフラワーレモン和え 味噌汁	22/ 7/28(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 鶏肉の味噌焼き 付け合わせ ゴウヤチャンプル ゆかり和え フルーツヨーグルトかけ
22/ 7/22(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 スペイン風オムレツ (付) ゆで野菜 大根のべっこう煮 胡瓜とわかめの酢の物 フルーツ (リンゴ)	22/ 7/23(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 魚煮付け ★ いも天 ひじきビタミンサラダ 具たくさん味噌汁	22/ 7/24(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 魚フライ外付け (ソース) タルタルソース (付) キャベツ 野菜の旨煮 春雨の中華和え	22/ 7/25(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 牛肉と野菜炒め エビシューマイ フレンチサラダ	22/ 7/26(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 さばの生姜煮 ★ ★ (付) 花人参 鶏肉じゃが ほろサラダ すまし汁	22/ 7/27(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 マーボー豆腐 ◎ 春巻 もやしとにらのナムル	22/ 7/28(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 白身魚のフリッター (付) キャベツ じゃが芋とさつまあげ煮物 ピーナッツ和え すまし汁

22/ 7/29(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 大豆入りひじき煮 漬け物 牛乳	22/ 7/30(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 クリームスティック/バターロール コンソメスープ マカロニサラダ カフェオーレ	22/ 7/31(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁 野菜のツナ和え のり佃煮 牛乳				
22/ 7/29(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ツナの三色丼 ★ツナそぼろ ★炒り卵 ★ いんげんのごまみそ和え カラフルフルーツポンチ (外) シロップ 漬汁はんぺん	22/ 7/30(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 さばのカレーしょうゆ焼き (付) ソテー 里芋と豚肉のおきなわ煮 酢味噌和え	22/ 7/31(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ミートスパゲティ ソース ★ チキンナゲット ブロッコリーサラダ 野菜スープ				
22/ 7/29(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豚肉じゃが 揚げ出し豆腐卸しかけ (外) 和風たれ 梅和え	22/ 7/30(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 鶏肉のピザソース焼き (付) ゆで野菜 コーンバター ごぼうサラダ	22/ 7/31(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 えびカツフライ (ソース) ケチャップソース 付け合わせ 五目大豆 しそ風味野菜サラダ				