

7月献立表

ショート(A)		令和07年07月01日(火)	令和07年07月02日(水)	令和07年07月03日(木)	令和07年07月04日(金)	令和07年07月05日(土)	令和07年07月06日(日)	令和07年07月07日(月)
朝		御飯(160) 野菜つみれの煮物 小松菜のお浸し みそ汁(里芋・えのき) 牛乳	御飯(160) がんもの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(玉葱・若布) ジョア	レーズンブレッド チキンオムレツ パンプキンサラダ コンソメスープ(キャベツ・コーン) 牛乳	御飯(160) さばの塩焼き 畑菜のわさび和え みそ汁(しめじ・大根葉) ヨーグルト	御飯(160) 肉詰めいなりの煮物 青菜の和え物 みそ汁(しめじ・若布) ジョア	御飯(160) じゃが芋とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(しろな・おつゆ麩) 乳酸菌飲料	御飯(160) 野菜炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳
	昼	御飯(160) たらの南蛮漬け 大豆とひじきの煮物 ☆パインゼリー お吸物(しろな・きざみ揚げ)	御飯(160) 豚肉の玉葱ソース炒め さつま芋の甘煮 フルーツ缶(白桃) みそ汁(卵)	シーフードカレー ハムサラダ 香の物(福神漬) りんごムース	御飯(160) 豚肉のにんにく醤油炒め 里芋の煮物 ぶどうゼリー みそ汁(若布・麩)	御飯(160) 鶏肉の照り焼き かぼちゃの煮物 苺パバロア お吸物(おつゆ麩・長葱)	御飯(160) 麻婆豆腐 ほうれん草のナムル 杏仁ムース 中華スープ(春雨・若布)	七夕そうめん 星のハンバーグ・ホワイトソース 冬瓜の卵あん 水ようかん
	おやつ	☆抹茶蒸しパン	芋ようかん	チョコレート饅頭	どら焼き	きみしぐれ	かすてら饅頭	バウムクーヘン
タ		御飯(160) 中華風卵焼き かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル	御飯(160) バサの山椒焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味	御飯(160) 鶏肉のゆず醤油ソース なすの含め煮 小松菜のごま和え	御飯(160) 豆腐ハンバーグ 冬瓜の生姜煮 青梗菜のお浸し	御飯(160) ベーコンのキッシュ あさりと小松菜の炒め物 春雨サラダ	御飯(160) バサのみりん焼き レバーとれんこんの旨煮 もやしのポン酢和え	御飯(160) 豚肉のバター醤油 大根とさつま揚げの煮物 畑菜のおかか和え
	朝	令和07年07月08日(火)	令和07年07月09日(水)	令和07年07月10日(木)	令和07年07月11日(金)	令和07年07月12日(土)	令和07年07月13日(日)	令和07年07月14日(月)
	昼	御飯(160) 炒り豆腐 オクラのおかか和え みそ汁(大根・大根葉) ヨーグルト	御飯(160) 厚焼き卵 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ) ヨーグルト	黒糖ロール 野菜炒め さつま芋のサラダ パンプキンスープ 牛乳	御飯(160) とりつくね マカロニサラダ みそ汁(大根・えのき) 乳酸菌飲料	御飯(160) 厚揚げとかぶの煮物 オクラのなめたけ和え みそ汁(白菜・葱) 牛乳	御飯(160) 豆腐バーグ いんげんのごまマヨ和え みそ汁(もやし・きざみ揚げ) ジョア	御飯(160) だし巻き卵 青菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳
おやつ	昼	御飯(160) 【温】五目卵焼き じゃが芋のそぼろ煮 ☆ぶどうゼリー みそ汁(油揚げ・かぶ)	御飯(160) バサの揚げ浸し れんこんの煮物 オレンジゼリー お吸物(とろろ・葱)	御飯(160) タンドリーチキン なすとピーマンの炒め物 フルーツ缶(白桃) コンソメスープ(小松菜・人参)	御飯(160) たらのし塩麹焼き 冬瓜のかにあんかけ ☆メロンムース みそ汁(玉葱・絹さや)	キンパ風ちらし寿司 えびしゅうまい フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(えのき・大根葉)	御飯(160) さばの香味焼き ほうれん草の煮浸し ピーチゼリー みそ汁(冬瓜・葱)	御飯(160) ミートローフ ツナと野菜のコンソメ煮 フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(若布・白菜)
	タ	ドームケーキチョコ	和風ハンケーキ抹茶	炭酸饅頭	黒糖饅頭	☆さつまいも蒸しパン	おかききな粉	レモンケーキ
	朝	御飯(160) 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル	御飯(160) ポークチャップ カリフラワーソテー 野菜サラダ	御飯(160) シイラの漬け焼き かぶの洋風煮 しろなとえのきの和え物	御飯(160) 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ	御飯(160) ほきのチーズ焼き ごぼうの旨煮 小松菜のポン酢和え	御飯(160) 鶏肉のケチャップ焼き もやしのカレーソテー 揚げなすの香味和え	御飯(160) 赤魚の煮付け れんこんきんぴら ブロッコリーサラダ
おやつ	タ	令和07年07月15日(火)	令和07年07月16日(水)	令和07年07月17日(木)	令和07年07月18日(金)	令和07年07月19日(土)	令和07年07月20日(日)	令和07年07月21日(月)
	朝	御飯(160) 豆腐のそぼろがけ なすの和風和え みそ汁(玉葱・えのき) ヨーグルト	御飯(160) 肉詰めいなりの煮物 小松菜の磯和え みそ汁(えのき・うずまき麩) 牛乳	バターロール いちごジャム ハムと大豆のトマト煮込み 野菜サラダ クリームポタージュスープ 乳酸菌飲料	御飯(160) オムレツ カリフラワーのドレ和え みそ汁(うまい菜・油揚げ) 牛乳	御飯(160) 納豆 しろなとさつま揚げの煮浸し みそ汁(さつま芋・きぬさや) ジョア	御飯(160) いわしの蒲焼 大根のマヨネーズ和え みそ汁(畑菜・しめじ) ヨーグルト	御飯(160) さつま揚げとピーマンの炒め煮 ほうれん草とツナの和え物 みそ汁(おつゆ麩・若布) 牛乳
	昼	冷やしうどん 焼き餃子 青梗菜のナムル マスカットゼリー	御飯(160) ホキのポン酢かけ じゃが芋のポトフ ヨーグルトパバロア コンソメスープ(チンゲン・ミックスベジ)	御飯(160) さばの生姜煮 かぶのそぼろがけ フルーツ缶(みかん) かき玉汁	夏野菜の炊き込みご飯 ハーブチキン ☆パインムース コンソメスープ(白菜・人参)	御飯(160) バサの和風ムニエル なすの含め煮 フルーツ缶(りんご) みそ汁(若布・玉葱)	御飯(160) からあげ 冬瓜のかにあんかけ 抹茶パバロア みそ汁(豆腐・かぶ葉)	しらすのちらし寿司 ベーコンともやしの炒め物 ☆フルーツヨーグルト③ お吸物(そうめん・大根葉)
おやつ	タ	マドレーヌ	スイスロール(苺)	☆かぼちゃ蒸しパン	セレクトおやつ	☆バナナ蒸しパン	☆コーヒゼリー	西瓜ロールケーキ
	朝	御飯(160) さばの塩レモン焼き 里芋の煮物 しろなの香味和え	御飯(160) チキンカツ えびと白菜の煮物 きゅうりの和風マヨ和え	御飯(160) 豚肉の葱塩炒め しろなのピーナッツ和え きゃらぶき	御飯(160) たらのマスタード焼き 鶏とごぼうの旨煮 もやしのサラダ	御飯(160) 豚肉のごま味噌炒め ぜんまい煮 青梗菜のお浸し	御飯(160) 和風卵焼き がんもの煮物 ほうれん草のくるみ和え	御飯(160) かに玉 焼きビーフン えびと白菜の中華サラダ
	朝	令和07年07月22日(火)	令和07年07月23日(水)	令和07年07月24日(木)	令和07年07月25日(金)	令和07年07月26日(土)	令和07年07月27日(日)	令和07年07月28日(月)
おやつ	朝	御飯(160) 厚揚げの治部煮 青梗菜の和え物 みそ汁(もやし・若布) ヨーグルト	御飯(160) 絹さやの卵とじ 白菜のゆかり和え みそ汁(えのき・水菜) 牛乳	レーズンブレッド ミートボール フレンチサラダ コンソメスープ(シメジ・コーン) 牛乳	御飯(160) ベーコンといんげんの炒め 温泉たまご みそ汁(冬瓜・葱) 乳酸菌飲料	御飯(160) ウインナーと白菜のコンソメ煮 春菊の白和え みそ汁(えのき・若布) 牛乳	御飯(160) とりつくね ほうれん草としらす和え みそ汁(大根・うずまき麩) ヨーグルト	御飯(160) がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 乳酸菌飲料
	昼	御飯(160) 豚皿 小松菜と卵の炒め物 ☆ピーチゼリー お吸物(うずまき麩・葱)	御飯(160) たちうおの煮付け れんこんの煮物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(里芋・かぶの葉)	御飯(160) 鶏肉の塩麹焼き ごぼうのしぐれ炒め マスカットゼリー みそ汁(玉葱・葱)	御飯(160) たらのタルタル焼き さつま揚げと昆布の炒り煮 ☆オレンジゼリー みそ汁(大根・大根葉)	御飯(160) チキンステーキ もやしのソテー いちごムース コンソメスープ(畑菜・人参)	御飯(160) 赤魚の生姜煮 ちくわと玉葱のソテー 苺パバロア みそ汁(卵)	御飯(160) 鶏肉のデミグラスソースかけ 【温】ジャーマンポテト バナナパバロア コンソメスープ(冬瓜・コーン)
	おやつ	抹茶ムースケーキ	☆いちご蒸しパン	☆チョコレート蒸しパン	味噌饅頭	ドーナツ(豆乳)	炭酸まんじゅう	どら焼き(抹茶)
おやつ	タ	御飯(160) たらの味噌漬け焼き かぶの土佐煮 キャベツとハムのドレ和え	御飯(160) 鶏肉のマヨネーズ焼き なすの煮浸し 春雨の甘酢和え	御飯(160) バサの照り焼き 切干大根の煮物 青梗菜のゆず風味和え	御飯(160) 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘煮 大根サラダ	御飯(160) 干草焼き じゃが芋の煮物 ほうれん草のポン酢和え	御飯(160) 肉豆腐 れんこんの塩麹炒め 小松菜のおかか和え	御飯(160) シイラの味噌焼き 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え
	朝	令和07年07月29日(火)	令和07年07月30日(水)	令和07年07月31日(木)				
	昼	御飯(160) 高野豆腐の煮物 畑菜の和え物 みそ汁(キャベツ・しめじ) ジョア	御飯(160) 厚焼き玉子 ブロッコリーサラダ みそ汁(里芋・油揚げ) 牛乳	黒糖ロール スクランブルエッグ ブロッコリーのサラダ コーンスープ ヨーグルト				
おやつ	タ	御飯(160) 【温】さばの竜田揚げ いんげんの炒め煮 青りんごゼリー みそ汁(玉葱・絹さや)	カレーピラフ 照り焼ハンバーグ フルーツ(みかん) コンソメスｰﾌ(しめじ・絹さや)	御飯(160) 豚肉のみそ漬焼き しろなの煮浸し フルーツ(洋梨) お吸物(はんぺん・大根葉)				
	朝	スイスロール(モカ)	吹雪饅頭	和風パンケーキ黒糖きなこ				
	タ	御飯(160) スペイン風オムレツ かまぼことほうれん草のソテー フレンチサラダ	御飯(160) かれいの香味焼き 冬瓜のくず煮 オクラの生姜醤油和え	御飯(160) 擬製豆腐 ひじきの五目炒り煮 白菜のからし和え				