



献立表



日付			7/1(水)	7/2(木)	7/3(金)	7/4(土)	7/5(日)
朝食			ごはん 味噌汁 厚揚げとチンゲン菜の 中華あんかけ いりこみそ	ごはん 味噌汁 卵焼き おかか昆布	ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょうの 和風煮 しば漬け	ごはん 味噌汁 おさかなとうふあげと 野菜の中華煮 三色煮豆	ごはん 味噌汁 肉団子の照り焼き風 梅干し
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食			梅しらすごはん サバの酒蒸し 大豆の甘辛炒め みかん缶	パン ブランシチュー マカロニソテー カリフラワーの フレンチサラダ	冷やし中華 れんこんの オイスター炒め 黄桃缶	ポークカレー ブロッコリーソテー ヨーグルト	グリーンピースごはん 豚肉の 生姜炒め 大根の うすくず煮 パイン缶
3時おやつ			レーズン蒸しケーキ 牛乳	塩まんじゅう ほうじ茶	クリームサンド 紅茶	黒糖寒天 ほうじ茶	いちご蒸しケーキ 牛乳
夕食			ごはん 味噌汁 鶏肉のねぎ塩焼き もやしのなめ草和え	ごはん 味噌汁 豆腐のピリ辛炒め 白菜の中華和え	ごはん ポタージュースープ タラのダブル焼 オクラのツナの 和え物	ごはん 味噌汁 そら豆と イカの卵炒め ほうれん草の ごま和え	ごはん 味噌汁 カレーの醤油 マヨネーズ焼き キャベツと小エビの 中華和え

日付	7/6(月)	7/7(火)	7/8(水)	7/9(木)	7/10(金)	7/11(土)	7/12(日)
朝食	ごはん 味噌汁 高野豆腐と いんげんの煮物 青かつば漬け	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグの デミグラスソースかけ スパゲッティサラダ	ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょうの 中華煮 たいみそ	ごはん 味噌汁 がんもと チンゲン菜の煮物 うずら煮豆	ごはん 味噌汁 竹輪といんげんの 炒め物 さくら漬け	ごはん 味噌汁 じゃが芋のトマト煮 たまごサラダ	ごはん 味噌汁 イワシつみれと 野菜の生姜煮 のり佃煮
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	ごはん サワラの幽庵焼き なすの炒め物 ほうれん草の 酢味噌和え	【七夕メニュー】 七夕そうめん ラタトゥイユ メロンゼリー	中華丼 れんこんの中華炒め 大根の甘酢和え	パン ミルクスープ ポークビーンズ スパゲッティサラダ	野沢菜昆布の 混ぜご飯 ホキの七味焼き 南瓜のそぼろ煮 黄桃缶	ごはん 鶏肉のパン粉焼き いんげんソテー 竹輪とチーズの マヨネーズ和え	枝豆ごはん サバの塩焼き 和風ビーフン炒め オレンジ
3時おやつ	カステラ 紅茶	七夕おやき 玄米茶	メープル蒸しケーキ 牛乳	牛乳みかん寒天 ほうじ茶	はちみつ蒸しケーキ 牛乳	エクレア 紅茶	マスカットゼリー ほうじ茶
夕食	ごはん 味噌汁 豚肉と白菜の 炒め物 ブロッコリーの 青じそ和え	ごはん 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 納豆	ごはん コーンポタージュ カレーの オーロラソース焼き ほうれん草の ドレッシング和え	ごはん 中華スープ 海鮮豆腐 もやしの和え物	ごはん 味噌汁 カニカマ入り 卵焼き ひじきと 大豆の煮物	ごはん 味噌汁 タラのごま焼き 春雨サラダ	ごはん 味噌汁 ひき肉と もやしの卵とじ ぎゅりとわかめの 和風和え

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



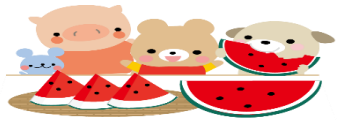
日付	7/13(月)	7/14(火)	7/15(水)	7/16(木)	7/17(金)	7/18(土)	7/19(日)
朝食	ごはん 味噌汁 竹輪と里芋の煮物 赤かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 肉団子の デミグラス風 ポテトサラダ	ごはん 味噌汁 がんもと 大根の煮物 いりこみそ	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ 和風ソースがけ おかか昆布	ごはん 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 しば漬け	ごはん 味噌汁 肉団子の中華風 三色煮豆	ごはん 味噌汁 おさかな豆腐あげと 白菜の煮物 梅干し
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	キーマカレー ほうれん草のソテー パインムース	ごはん カレイの 梅マヨ焼き キザミ昆布の煮物 にんじんの甘酢和え	こだわりの とんこつラーメン 水餃子の 中華煮 みかん缶	パン チキンシチュー カリフラワーの マスタード炒め コールスローサラダ	栄養科 ★イチオシメニュー★ デミグラスソース オムライス ほうれん草のソテー バナナ	ゆかりごはん サバの おろしポン酢がけ チンゲン菜の 炒め物 パイン缶	わかめごはん 卵と 海老のマヨ炒め 厚揚げの中華煮 黄桃缶
3時おやつ	くるみ蒸しケーキ 牛乳	黒糖まんじゅう ほうじ茶	抹茶ババロア 紅茶	シュークリーム 紅茶	小倉ミルク寒天 ほうじ茶	ロールケーキ 紅茶	きなこ蒸しケーキ 牛乳
夕食	ごはん 味噌汁 ホキの南蛮漬け キャベツと かにかまの和え物	ごはん 味噌汁 豚肉とれんこんの 香り炒め 切干大根の煮物	ごはん コーンポタージュ 鶏肉の塩焼き いんげんとえびの ドレッシング和え	ごはん 味噌汁 タラの西京焼き ごぼうサラダ	ごはん 味噌汁 サワラの照り煮 大根の わさびポン酢和え	ごはん 味噌汁 チキンカツ 納豆	ごはん 味噌汁 鶏肉のしぐれ煮 ブロッコリーの 青じそ和え

日付	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)	7/23(木)	7/24(金)	7/25(土)	7/26(日)
朝食	ごはん 味噌汁 高野豆腐のごま煮 青かっぱ漬け	ごはん 味噌汁 スクランブルエッグ トマトソースがけ マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 じゃがいもと ツナの中華煮 たいみそ	ごはん 味噌汁 ちくわと いんげんの煮物 うずら煮豆	ごはん 味噌汁 キャベツと厚揚げの 和風あんかけ さくら漬け	ごはん 味噌汁 イワシつみれの 和風煮 スパゲッティサラダ	ごはん 味噌汁 じゃが芋の そぼろ煮 のり佃煮
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	【夏メニュー】 ねばねばうどん 豚しゃぶサラダ すいか	ごはん 鶏肉のきじ焼き ビーフンの炒め物 れんこんサラダ	高菜ごはん ホキの ごま味噌焼き ブロッコリーと カニカマのくず煮 みかん缶	★パンセレクト★ パン 煮込みハンバーグ マカロニソテー カリフラワーの フレンチサラダ	赤飯 サワラの塩麹焼き 金平ごぼう 黄桃缶	二色丼 こんにゃくと ごぼうの炒り煮 オクラの 青じそ和え	【土用の丑メニュー】 うな牛丼 トマトだれ冷奴 ごま塩かぼちゃ
3時おやつ	アイス ほうじ茶	もみじ饅頭 ほうじ茶	紅茶蒸しケーキ 牛乳	ストロベリーババロア 紅茶	マヨコーン蒸しケーキ 牛乳	チョコシュークリーム 紅茶	抹茶ゼリー ほうじ茶
夕食	ごはん コーンポタージュ サバのムニエル じゃがいもの フレンチサラダ	ごはん 味噌汁 カレイの漬け焼き 白菜と人参の 七味マヨ和え	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 いんげんのナムル	ごはん 味噌汁 豚肉の スタミナ炒め 納豆	ごはん 味噌汁 鶏肉の 甘酢照り焼き 春雨の和風和え	ごはん 味噌汁 タラの きのこあんかけ ブロッコリーの ポン酢和え	ごはん コンソメスープ 洋風卵焼き にんじんと もやし和え物

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。



献立表



日付	7/27(月)	7/28(火)	7/29(水)	7/30(木)	7/31(金)		
朝食	ごはん 味噌汁 がんもどきと 玉ねぎの煮物 赤かっぱ漬	ごはん 味噌汁 肉団子の ナポリタン風 パンプキンサラダ	ごはん 味噌汁 厚揚げとチンゲン菜の 中華あんかけ いりこみそ	ごはん 味噌汁 卵焼き おかか昆布	ごはん 味噌汁 ふんわりしんじょうの 和風煮 しば漬		
10時	月～土曜日はイオンドリンクを提供しています。日曜日はコーヒー・ミルクティー・ココアなどを週替わりに提供しています。						
昼食	麦飯 ホキのみりん焼き なすのそぼろ煮 とろろ	いりこ菜飯 アオサ入り卵焼き 大根と いかの煮付け 黄桃缶	ごはん サワラの香梅煮 いんげんの 味噌炒め 竹輪ともやしの わさびマヨ和え	★ご当地パン★ 豚肉の彩り炒め スパゲッティソテー チンゲン菜の ドレッシング和え	ポークカレー 白菜の炒め物 みかんヨーグルト		
3時おやつ	人形焼き ほうじ茶	バームクーヘン 紅茶	スイーツバイキング ほうじ茶	きなこ饅頭 ほうじ茶	チョコレートババロア 紅茶		
夕食	ごはん 味噌汁 鶏肉の ガーリック焼き 白菜と人参の 甘酢和え	ごはん 味噌汁 サバの生姜焼き 納豆	ごはん 味噌汁 ミートコロッケ ほうれん草の くるみ和え	ごはん 味噌汁 豆腐とえびの チリソース 人参と ツナの中華和え	ごはん コーンポタージュ タラの マヨネーズ焼き モロヘイヤと オクラの和え物		

*食材の入手状況によって、一部内容が変更となります。