

2024年07月 月間献立表

( 常食 ( 特養 ) )

日曜日		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
朝		朝	1日 米飯 バック牛乳 味噌汁(もやし) きんぴらごぼう ふりかけ(たまご)	朝	2日 米飯 バック牛乳 味噌汁(厚揚げ) 五目玉子焼 鮭フレーク	朝	3日 米飯 バック牛乳 味噌汁(白菜) 大豆五目煮 梅干し	朝	4日 米飯 バック牛乳 味噌汁(けし) キャベツのコンソメ煮 もろみ	朝	5日 米飯 バック牛乳 味噌汁(さつまい) アスパラのペコソテー たいみそ	朝	6日 米飯 バック牛乳 味噌汁(人参) 塩さば(朝) のり佃煮
昼		昼	赤飯 あおさ汁 豚肉のソース煮 フルーツ(甘夏缶) アスパラの炒め オクラのゆかり和え	昼	米飯 もずく酢 魚の生姜煮 味噌汁(巻き鮎) 付) 南瓜 抹茶パバロア フグソ菜の炒め	昼	鶏肉のクリーム煮 フルーツ(バナナ) アスパラのペコソテー ブロッコリーのドレ和え オニオンスープ	昼	米飯 加ワワの加ワ和え 魚のムニエル 中華スープ 付) ジャーポット フルーツ(白桃缶) ピーマンのトマト煮	昼	米飯 杏仁豆腐 親子丼 オクラのなめ茸和え 味噌汁(もやし)	昼	米飯 けんちん汁 天ぷら盛り合わせ ゆずゼリー(人参) 冬瓜としんじょの煮物 かつば漬
夕		夕	米飯 冷やっこ 魚の塩こうじ焼き 梅ゼリー 付) 花人参 イグンとコンニャクの炒煮	夕	米飯 フルーツ(黄桃缶) 豚肉の野菜炒め なすの磯辺煮 青菜と昆布のお浸し	夕	米飯 わらびのお浸し 魚の塩焼き メロンゼリー 付) 大根	夕	米飯 ポークカレー 野菜サラダ らっきょう漬 ヨーグルト	夕	米飯 コールスロー 魚の煮付 フルーツ(パイン缶) 付) 花人参 ピーマンのシラス炒め	夕	米飯 フルーツ(みかん缶) 鶏肉のおろし煮 フグとフグソ菜の炒め キャベツと春雨の酢の物
朝	7日 米飯 バック牛乳 味噌汁(おつゆ鮎) 小松菜のカキ ひきわり納豆	朝	8日 米飯 バック牛乳 味噌汁(油揚げ) いわしのかつお煮 ふりかけ(鮭)	朝	9日 米飯 バック牛乳 味噌汁(玉葱) 目玉焼き 鮭フレーク	朝	10日 米飯 バック牛乳 味噌汁(巻き鮎) さつま揚げの煮物 梅干し	朝	11日 米飯 バック牛乳 味噌汁(しめじ) キャベツのソテー のり佃煮	朝	12日 米飯 バック牛乳 味噌汁(さつま芋) 鴨門煮 もろみ	朝	13日 米飯 バック牛乳 味噌汁(えのき) スクランブルエッグ たいみそ
昼	米飯 桜大根漬 白身魚の和風揚げ煮 白菜のスープ 付) グル野菜ミックス フルーツ(りんご) 豚バラとイグンの炒め	昼	米飯 味噌汁(里芋) 豚肉の青しそ炒め ストロベリーパバロア なすのひき肉あん ジャコ野沢菜	昼	米飯 ふきのお浸し 魚の照焼き 味噌汁(人参) 付) オクラ フルーツ(黄桃缶) 切り干し大根煮	昼	米飯 しそ昆布 牛肉と大根の煮物 わかめスープ 付) 絹さや いちごゼリー 揚げとフグソ菜の炒め	昼	米飯 ほうれん草の山吹和え 白身魚の幽庵焼き 味噌汁(かぼちゃ) 付) グル野菜ミックス フルーツ(バナナ) 里芋とイカの煮物(特)	昼	米飯 ゴボウサラダ 鶏肉の塩こうじソテー 味噌汁(白菜) 付) 玉葱のソテー パインゼリー フグソ菜のしらす炒め	昼	米飯 インゲンのアモド' 和え 魚のレモン焼き 味噌汁(じゃがいも) 付) もやしのソテー フルーツ(甘夏缶) れんこんのおかか煮特
夕	米飯 野菜たっぷりゼリー 牛肉の塩だれ炒め 野菜のひろうす 刺身こんにやく	夕	米飯 白菜の塩昆布和え 魚の味噌煮 フルーツ(甘夏缶) 付) 絹さや レパニラ炒め	夕	米飯 柚子白菜 鶏肉の生姜焼き フルーチェ(ピーチ) 付) いんげんのソテー ブロッコリー炒め	夕	米飯 もやしとシラスの酢の物 魚のごま焼き フルーツ(白桃缶) 付) ジャーポット さつま芋の煮物	夕	米飯 金時豆 豚肉といんげんのソテー なすの炒め煮 山芋おろし	夕	米飯 フルーツ(洋梨缶) 魚の味噌野菜あんかけ なめらかこうや 青菜と昆布のお浸し	夕	米飯 チョコパバロア のっぺ煮 ゴーヤの味噌炒め もずく酢
朝	14日 米飯 バック牛乳 味噌汁(大根菜) 塩鮭(朝) ひきわり納豆	朝	15日 米飯 バック牛乳 味噌汁(玉葱) 五目玉子焼 ふりかけ(おかか)	朝	16日 米飯 バック牛乳 味噌汁(じゃがいも) 枝豆と豆腐のフリ天 鮭フレーク	朝	17日 米飯 バック牛乳 味噌汁(里芋) 大豆五目煮 梅干し	朝	18日 米飯 バック牛乳 味噌汁(人参) 高菜オムレツ のり佃煮	朝	19日 米飯 バック牛乳 味噌汁(かぼちゃ) いわしの梅煮 たいみそ	朝	20日 米飯 バック牛乳 味噌汁(厚揚げ) ウイナソテー もろみ
昼	米飯 吸い物(はんぺん) 豚肉の柳川風 フルーツ(すいか) 付) グル野菜ミックス かつば漬	昼	米飯 加ワワのナシ 魚の煮付 味噌汁(えのき) 付) さつま芋(10g) フルーツ(りんご缶) フグソ菜と豚肉の炒め	昼	米飯 かつ井 キャベツのゆかり和え 味噌汁(葉大根) パニラパバロア	昼	米飯 冷やしうどん梅風味 南瓜の煮物 フルーツ(パイン缶) 揚げとフグソ菜の炒め	昼	米飯 吸い物(かまぼこ) 豚肉のごま醤油煮 かぼちゃパバロア じゃが芋のペコソテー ほうれん草の塩昆布和	昼	米飯 かつば漬 魚のバター醤油焼き 豚汁 付) 玉葱のソテー フルーツ(みかん缶) 白菜の煮物	昼	米飯 味噌汁(じゃが芋) 豚肉のおろしボン酢煮 メロンゼリー 加ワワの高菜炒め キャベツのおかか和
夕	米飯 白菜の辛子和え 魚の梅煮 マスカットゼリー 付) 花人参 ジャガイモの和風炒め	夕	赤飯 角切りポテトサラダ 豆腐ハンバーグ 水ようかん 付) ジャーポット アスパラの炒め	夕	米飯 もやしと加ワの酢の物 魚の塩こうじ焼き フルーツ(バナナ) 付) ジャーポット 冬瓜と海老の煮物	夕	米飯 ぶどうゼリー 鶏肉のトマトソース煮 ブロッコリーのじゃこ炒め マカロニサラダ	夕	米飯 高菜漬 魚の塩焼き フルーツ(白桃缶) 付) 大根おろし キャベツの甘辛味噌炒め	夕	米飯 たくあん漬 チキンソテー 梅ゼリー 付) グル野菜ミックス なすの磯辺煮	夕	米飯 フルーツ(りんご缶) 魚のきのこあんかけ ゴーヤチャンプルー つば漬
朝	21日 米飯 バック牛乳 味噌汁(けし) 厚焼き玉子 ひきわり納豆	朝	22日 米飯 バック牛乳 味噌汁(えのき) 塩さば(朝) ふりかけ(たらこ)	朝	23日 米飯 バック牛乳 味噌汁(キャベツ) 細切り昆布の煮物 鮭フレーク	朝	24日 米飯 バック牛乳 味噌汁(葉大根) さつま揚げの煮物 梅干し	朝	25日 米飯 バック牛乳 味噌汁(玉葱) アスパラのウイナソテー のり佃煮	朝	26日 米飯 バック牛乳 味噌汁(豆腐) 野菜入り厚揚げの煮物 もろみ	朝	27日 米飯 バック牛乳 味噌汁(大根菜) きんぴらごぼう たいみそ
昼	米飯 桜大根漬 魚の香味焼き 吸い物(ハカク外ワ) 付) ジャーポット ピーマンのおかか煮	昼	米飯 コールスロー 鶏肉のタンドール焼き わかめスープ 付) オクラ フルーツヨーグルト ひじき煮	昼	米飯 ところてん うなぎの蒲焼き 吸い物(かまぼこ) 付) 玉子焼き・オクラ フルーツ(黄桃缶) 小松菜と天ぷらの煮	昼	米飯 オニオンスープ 豚肉といんげんのソテー フルーツ(洋梨缶) 野菜のひろうす 青菜と昆布のお浸し	昼	米飯 ほうれん草の塩昆布和え 魚のごま焼き 味噌汁(さつま芋) 付) ジャーポット なめらかこうや	昼	米飯 納豆の塩昆布和え 魚のごま焼き 味噌汁(かぼちゃ) 付) アスパラソテー なめらかこうや	昼	米飯 納豆の塩昆布和え 魚のごま焼き 味噌汁(南大) 付) アスパラソテー フルーツ(すいか) けんちん煮
夕	米飯 黒ゴマプリン 豚肉の生姜焼き 黒ゴマプリン 付) グル野菜ミックス ふきのお浸し	夕	米飯 加ワワのツナマヨ和え 魚のレモン焼き フルーツ(甘夏缶) 付) いんげん チキンボールの酢豚風	夕	米飯 山芋おろし 鶏肉のネギソースかけ コーヒーゼリー 付) グル野菜ミックス れんこんの炒め煮特	夕	米飯 ゴボウサラダ 魚の煮付 フルーチェ(いちご) 付) かぼちゃ フグとフグソ菜の炒め	夕	米飯 もずく酢 鶏肉の照り煮 フルーツ(白桃缶) 付) オクラ もやしのラー油炒め	夕	米飯 黒ゴマプリン 鶏肉の照り煮 付) オクラ もやしのラー油炒め	夕	米飯 加ワワのおかか和え 和風ハンバーグ 抹茶水ようかん 付) 玉葱のソテー 切り干し大根煮
朝	28日 米飯 バック牛乳 味噌汁(わかめ) スクランブルエッグ ひきわり納豆	朝	29日 米飯 バック牛乳 味噌汁(豆腐) 塩鮭(朝) ふりかけ(おかか)	朝	30日 米飯 バック牛乳 味噌汁(大根菜) 大豆五目煮 もろみ	朝	31日 米飯 バック牛乳 味噌汁(白菜) チンゲン菜のソテー 鮭フレーク	朝		朝		朝	
昼	米飯 吸い物(はんぺん) 豚肉の味噌漬け焼き 煮豆(白花生) かつば漬 白菜のピーナツ和え	昼	米飯 ミネストローネ 季節のウイナソ(特) フルーツ(バナナ) あんぱん マカロニサラダ	昼	米飯 しそ昆布 鶏肉の照焼き かき玉汁 付) グル野菜ミックス フルーツ(りんご缶) アスパラとゆの炒め	昼	米飯 角切りポテトサラダ 魚のボン酢煮 吸い物(かまぼこ) 付) 花人参 黒ゴマプリン アスパラとゆの炒め	昼		昼		昼	
夕	米飯 冷やっこ 魚のごま醤油煮 キャラメルプリン 付) 花人参 ジャーマンポテト	夕	米飯 マスカットゼリー 肉じゃが もやしの和風炒め キャベツの酢の物	夕	米飯 もやしのごま和え 魚の塩こうじ焼き 野菜たっぷりゼリー 付) いんげん なすのひき肉あん	夕	米飯 フルーツ(甘夏缶) 牛肉のねぎ塩焼き 里芋サラダ かつば漬	夕		夕		夕	

朝		朝		メモ
昼		昼		
夕		夕		