

令和4年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

						7月1日(金)	7月2日(土)						
朝食						御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳						
昼食						赤飯 ホッケの柚庵焼き 吸物 冷奴 甘酒	御飯 和風麻婆豆腐 スープ ハンサンスー						
間						どら焼き	はっ酵豆乳						
夕食						御飯 豚肉と大豆のトマト煮 スープ サラダ	御飯 ムニエルのタルタルのせ 野菜スープ サラダ						
7月3日(日)		7月4日(月)		7月5日(火)		7月6日(水)		★7月7日(木)		7月8日(金)		7月9日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 千切り煮 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋と肉団子の煮物 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳						
昼食	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 ごま豆腐	御飯 サバの味噌煮 吸物 ゴーヤとツナの塩昆布和え	御飯 揚げ鶏の甘酢からめ 卵スープ トマトサラダ	御飯 赤魚の南部焼き 吸物 おからサラダ	七タちらし あさりの吸物 炊き合わせ	御飯 鶏の青じそ炒め グリーンピースのポタージュ 大根サラダ	茄子と挽肉のカレー サラダ スイカ 福神漬						
間	焼きプリンタルト	クリームコンフェ	野菜生活	黒棒	ショコラブッセ	みかんジュース	原宿ドッグ						
夕食	御飯 太刀魚の香味焼き 味噌汁 ボン酢和え	御飯 牛かぼちゃ 味噌汁 ところてん	御飯 煮魚 吸物 春雨キャベツ	御飯 焼き豆腐のニラそぼろかけ 味噌汁 空豆のしらす煮	御飯 豚肉と冬瓜の煮物 吸物 カリフラワーのカレーマヨサラダ	御飯 友禅蒸し 味噌汁 こんにゃくの金平	御飯 太刀魚のタレ焼き 団子汁 酢の物						
7月10日(日)		7月11日(月)		7月12日(火)		7月13日(水)		7月14日(木)		7月15日(金)		◆7月16日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 べったら漬	御飯 味噌汁 がんもの煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳						
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 スープ 浅漬	フレンチトースト クリームシチュー サラダ	御飯 ホキの竜田焼き さつま汁 甘夏和え	冷やしとろろそば 厚揚げの旨煮 ぬた和え	御飯 カレーののりパン粉焼き スープ マカロニサラダ	御飯 鶏と茄子のさっぱり炒め 吸物 卵豆腐の生姜あんかけ	御飯 鮭の辛子味噌焼き 吸物 塩麴サラダ						
間	とと焼き	丸ボーロ	りんごジュース	すいととぼと	シュークリーム	飲むヨーグルト	もみじ饅頭						
夕食	御飯 豚肉と里芋の煮物 味噌汁 呉豆腐	御飯 ホッケの生姜味噌焼き 吸物 和風ポテトサラダ	御飯 肉団子と高野豆腐の煮物 吸物 オクラのとろろ和え	御飯 煮魚 味噌汁 焼き茄子	御飯 鶏チリ みぞれ汁 いとこ煮	御飯 赤魚のオリーブオイル焼き スープ 里芋とツナのサラダ	御飯 牛肉のカラフルボン酢炒め 吸物 豆腐のカニ風味煮						
7月17日(日)		7月18日(月)		7月19日(火)		7月20日(水)		7月21日(木)		7月22日(金)		★7月23日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 高菜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳						
昼食	御飯 太刀魚の山椒煮 味噌汁 ほうれん草のごま和え	人参ごはん 豚肉と大根の煮物 茶碗蒸し 酢の物	御飯 メバルの梅干煮 茶そば汁 ほうれん草のゆずおろし和え	御飯 赤魚の塩麴焼き 豚汁 ズッキーニの炒め物	御飯 五目柳川風 吸物 深山和え	御飯 ゴーヤチャンプルー 吸物 もずく酢	うなたま丼 吸物 冬瓜のそぼろ煮						
間	焼きドーナツ	ワッフル	野菜生活	パンケーキ	黒棒	クリームコンフェ	気になる野菜						
夕食	チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 おさかな明太しゅうまい 中華スープ チキンサラダ	御飯 カットハンバーグ レタススープ サラダ	御飯 宝袋 吸物 浅漬	御飯 ホッケの白醤油焼き 味噌汁 大豆とひじきの煮物	御飯 ホキのオーロラ焼き スープ サラダ	御飯 豚肉のキムチ炒め スープ 煮豆						
7月24日(日)		7月25日(月)		7月26日(火)		7月27日(水)		7月28日(木)		7月29日(金)		7月30日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン バイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳						
昼食	御飯 鶏肉と麩の親子煮 味噌汁 ところてん	キーマカレー サラダ フルーツヨーグルト らっきょう	雑穀御飯 塩サバ 吸物 白和え	御飯 麻婆茄子 生姜スープ ハンサンスー	御飯 すり身の紅生姜揚げ 吸物 ポテトサラダ	サンドイッチ ブラウンシチュー サラダ	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 だし巻き卵						
間	カスタードケーキ	黒糖饅頭	カエデの実	りんごジュース	もみじ饅頭	バームクーヘン	原宿ドッグ						
夕食	御飯 ホキの甘酢あんかけ 吸物 ごま豆腐	御飯 鮭のレモン塩焼き 根菜汁 菜種和え	御飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め とろたま汁 胡瓜の塩昆布和え	御飯 煮魚 味噌汁 和風ビーフン	御飯 鶏の甘酢照り煮 吸物 にらの卵とじ	御飯 ホキのバター醤油焼き 南瓜と人参のスープ ピーマンの炒め物	御飯 チンジャオロース 春雨スープ 胡瓜の中華和え						
7月31日(日)		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>7日(木) 七夕 23日(土) 土用の丑の日</p> <hr/> <p>◆食の記念日◆</p> <p>16日(土) 辛子の日</p> </div>											
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬												
昼食	御飯 赤魚のピリ辛ごま煮 吸物 呉豆腐												
間	ミルージュ												
夕食	御飯 鶏のケチャップ炒め たまごのコンソメスープ オクラサラダ												