

令和5年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

							7月1日(土)
朝食							パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳
昼食							赤飯 サバの味噌煮 吸物 ゴーヤとツナの塩昆布和え 甘酒
間							どら焼き
夕食							御飯 鶏と野菜の塩麴煮 味噌汁 もずくの酢の物
							7月2日(日)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 千切り煮 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 ムニエルのタルタルのせ 野菜スープ サラダ	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 大根サラダ	御飯 鶏の青じそ炒め トマトのポタージュ サラダ	七夕ちらし あさりの吸物 厚揚げの旨煮	茄子と挽肉のカレー おからサラダ 果物 福神漬
間	焼きプリンタルト	いちごクレープ	野菜生活	黒棒	ショコラブッセ	バームクーヘン	ミルミル
夕食	御飯 太刀魚の香味焼き 味噌汁 空豆のしらす煮	御飯 和風麻婆豆腐 スープ パンサンスー	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 ポン酢和え	御飯 空豆とすり身の寄せ蒸し 味噌汁 こんにゃくの金平	御飯 豚肉と冬瓜の煮物 トマトの和風スープ カリフラワーのカレーマヨサラダ	御飯 太刀魚のタレ焼き 味噌汁 酢の物
							7月9日(日)
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 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 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 赤魚のおろし煮 スープ 中華和え	御飯 フレンチトースト ブラウンビーフシチュー サラダ	御飯 ホキの竜田焼き さつま汁 甘夏和え	御飯 瓦そば風 山芋の白煮 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 太刀魚の山椒煮 吸物 塩麴サラダ
間	クリームコンフェ	すいーとぼてと	りんごジュース	カスタードケーキ	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 とろろ	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 煮豆	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 牛肉のカラフルポン酢炒め 吸物 豆腐のカニ風味煮
							7月16日(日)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 鮭の辛子味噌焼き 味噌汁 ごま和え	御飯 メバルの梅干煮 そうめん汁 ほうれん草のゆずおろし和え	御飯 人参ごはん 豚肉と大根の煮物 茶碗蒸し 酢の物	御飯 赤魚の塩麴焼き 吸物 ズッキーニの炒め物	御飯 五目柳川風 吸物 菜種和え	御飯 ゴーヤチャンプルー 吸物 もずく酢	御飯 赤魚のピリ辛ごま煮 豚汁 冷奴
間	焼きドーナツ	ワッフル	野菜生活	いちごクレープ	丸ボーロ	クリームコンフェ	気になる野菜
夕食	御飯 牛かぼちゃ 味噌汁 かくや和え	御飯 チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 ホキのオーロラ焼き スープ サラダ	御飯 カットハンバーグ レタススープ サラダ	御飯 ホッケの白醤油焼き 味噌汁 深山和え	御飯 煮魚 吸物 茄子の味噌炒め	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
							7月23日(日)
朝食	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 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 呉豆腐	御飯 牛肉コロッケ 吸物 マカロニサラダ	雑穀御飯 塩サバ 吸物 白和え	御飯 麻婆茄子 生姜スープ パンサンスー	御飯 キーマカレー サラダ スイカ 福神漬	サンドイッチ クリームシチュー サラダ	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 ポテトサラダ
間	黒棒	黒糖饅頭	シュークリーム	りんごジュース	もみじ饅頭	バームクーヘン	ストロベリートルト
夕食	御飯 鯖の味噌ポン焼き 吸物 胡瓜とトマトの塩昆布和え	御飯 鮭の塩焼き 根菜汁 ひじきの煮物	御飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め 味噌汁 ごま豆腐	御飯 煮魚 とろたま汁 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30日(日)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 0 auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center;">★行事食★</p> <p style="text-align: center;">7日(金)七夕 30日(日)土用の丑の日</p> <hr/> <p style="text-align: center;">◆食の記念日◆</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>16日(日)辛子の日 27日(木)スイカの日</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>*旬の食材*</p> <p>スイカ すずき・うなぎ 茄子・トマト・胡瓜 オクラ・セロリ・冬瓜</p> </div> </div> </div>				
昼食	うなたま丼 吸物 冬瓜のそぼろ煮	御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え					
間	ミルーシュ	焼きドーナツ					
夕食	御飯 豚肉のキムチ炒め スープ 煮豆	御飯 太刀魚のねぎ醤油焼き 吸物 トマトサラダ					