

令和6年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)
朝食	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	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	赤飯 赤魚の南部焼き 吸物 大根サラダ 甘酒	御飯 揚げ鶏の甘酢からめ 野菜スープ トマトサラダ	御飯 ムニエルのトマトソース 卵スープ サラダ	御飯 鶏の青じそ炒め トマトのポターージュ サラダ	御飯 サバのおろし煮 吸物 中華和え	茄子と挽肉のカレー おからサラダ フルーツヨーグルト 福神漬
間	どら焼き	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 麻婆豆腐 スープ バンサンスー	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 豚肉と里芋の煮物 吸物 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7日(日)	7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)
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 卵とブロッコリーのサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 かっぱ漬	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
昼食	七夕ちらし あさりの吸物 昆布と大豆の煮物 七夕ゼリー	フレンチトースト ブラウンシチュー マカロニサラダ	御飯 ホキの竜田焼き さつま汁 甘夏和え	瓦そば風 山芋の白煮 ぬた和え	御飯 カレイののりバター焼き スープ 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
間	クリームコンフェ	カエデの実	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
夕食	御飯 鶏チリ みぞれ汁 煮豆	御飯 ホッケの生姜味噌焼き 吸物 とろろ	御飯 牛肉のカラフルポン酢炒め 吸物 豆腐のカニ風味煮	御飯 煮魚 味噌汁 焼き茄子	御飯 鶏肉のトマト煮 スープ 里芋のサラダ	御飯 赤魚のオリーブオイル焼き スープ 和風ポテトサラダ
	◆7月14日(日)	7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 高菜漬	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 吸物 春雨サラダ	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	人参ごはん 豚肉と冬瓜の煮物 茶碗蒸し 酢の物	御飯 赤魚の塩麩焼き 豚汁 冷奴	御飯 チーズハンバーグ コーンスープ サラダ	御飯 ゴーヤチャンプルー 吸物 もずく酢
間	焼きドーナツ	ワッフル	野菜生活	原宿ドッグ	黒棒	丸ボーロ
夕食	御飯 芋煮 味噌汁 浅漬け	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 五目柳川風 吸物 胡瓜とトマトの塩昆布和え	御飯 鯖の白醤油焼き 味噌汁 ズッキーニの炒め物	御飯 煮魚 吸物 茄子の味噌炒め
	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)	★7月24日(水)	7月25日(木)	◆7月27日(土)
朝食	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 かっぱ漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	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 青菜のおひたし	御飯 牛肉コロッケ たまごのコンソメスープ マカロニサラダ	雑穀御飯 塩サバ 吸物 白和え	うなたま丼 吸物 冬瓜のそぼろ煮	御飯 カレイの黄金焼き 吸物 にらの卵とじ	サンドイッチ クリームシチュー サラダ
間	クリームコンフェ	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
夕食	御飯 ホッケの味噌ポン焼き 吸物 呉豆腐	御飯 鮭の塩焼き 味噌汁 ピーマンの炒め物	御飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め 味噌汁 菜種和え	御飯 チンジャオロース 春雨スープ 胡瓜の中華和え	御飯 麻婆茄子 生姜スープ バンサンスー	御飯 ホキのバター醤油焼き 南瓜と人参のスープ ポテトサラダ
	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">★行事食★</p> <p style="text-align: center;">7日(日) 七夕 24日(水) 土用の丑の日</p> <hr/> <p style="text-align: center;">◆食の記念日◆</p> <p>14日(日) 辛子の日 27日(土) スイカの日</p> <div style="float: right; text-align: right;"> <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>	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬		
昼食	御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物	御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え	御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨		
間	ミルージュ	焼きドーナツ	カエデの実	飲むヨーグルト		
夕食	御飯 豚肉のキムチ炒め スープ 煮豆	御飯 鮭のたらも焼き 吸物 トマトサラダ	御飯 鶏の塩麩焼き 吸物 山芋のわさび和え	御飯 豚肉と茄子の中華炒め スープ オクラの塩昆布和え		