カイリンサイナ 開入 ユノ 之 介護老人保健施設しらさぎ苑							
		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)
		御飯	パン	御飯	御飯	御飯	パン
朝食		味噌汁	空豆の洋風煮	味噌汁	味噌汁	味噌汁	キャベツの煮物
食		里芋の大豆そぼろ煮		高野豆腐の煮物	納豆	千切り煮	バナナ
		ふりかけ	牛乳	しば漬		たくあん	牛乳
		赤飯	御飯	御飯	御飯	御飯	茄子と挽肉のカレー
		赤魚の南部焼き		ムニエルのトマトソース	鶏の青じそ炒め	サバのおろし煮	おからサラダ
昼食		吸物	野菜スープ	卵スープ	トマトのポタージュ	吸物	フルーツヨーグルト
		大根サラダ	トマトサラダ	サラダ	サラダ	中華和え	福神漬
		甘酒					
間		どら焼き	野菜生活	黒棒		バームクーヘン	ミルミル
		御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
夕食		麻婆豆腐	煮魚		空豆とすり身の寄せ蒸し	豚肉と里芋の煮物	太刀魚のタレ焼き
食		スープ	吸物	味噌汁	味噌汁	吸物	味噌汁
		バンサンスー	春雨キャベツ	ポン酢和え	こんにゃくの金平	カリフラワーのカレーマヨサラダ	01-1-1-1-1
	★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)	7月13日 (土)
	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	パン
朝		味噌汁	卵とブロッコリーのサラダ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	スクランブルエッグ
食	小松菜の煮浸し	三目大豆	バナナ	がんもの煮物			バナナ
	梅干し	ふりかけ	牛乳	かっぱ漬	高菜漬	たくあん	生乳 御飯
	七夕ちらし	フレンチトースト.	御飯	瓦そば風	御飯	御飯	
	あさりの吸物	ブラウンシチュー	ホキの竜田焼き	山芋の白煮	カレイののりバター焼き		
昼食	昆布と大豆の煮物	マカロニサラダ	さつま汁	ぬた和え	スープ	吸物	吸物
尺	七タゼリー		甘夏和え		サラダ	卵豆腐の生姜あんかけ	塩麹サラダ
間		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	もみじ饅頭
	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
夕	鶏チリ	ホッケの生姜味噌焼き	牛肉のカラフルポン酢炒め	煮魚	鶏肉のトマト煮	赤魚のオリーブオイル焼き	肉団子と高野豆腐の煮物
	みぞれ汁	吸物	吸物	味噌汁	スープ	スープ	トマトの和風スープ
	煮豆	とろろ		焼き茄子	里芋のサラダ	和風ポテトサラダ	オクラのとろろ和え
	◆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)	7月20日 (土)
	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	パン
朝		味噌汁	ベイクドエッグ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	じゃが芋のコンソメ煮
食		小松菜の煮浸し	バナナ	高野豆腐の煮物	ぜんまいの炒め煮	納豆	バナナ
	梅干し	ふりかけ	牛乳	しば漬	高菜漬	のり佃煮	牛乳
	御飯	御飯	人参ごはん	御飯	御飯	御飯	御飯
	鮭の辛子味噌焼き	メバルの梅干煮	豚肉と冬瓜の煮物	赤魚の塩麹焼き	チーズハンバーグ	ゴーヤチャンプルー	
昼食	吸物	そうめん汁	茶碗蒸し	豚汁	コーンスープ	吸物	吸物
食	*^^ !/// 春雨サラダ		酢の物	冷奴	サラダ	もずく酢	深山和え
				71372			//KШ/10/C
問	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	気になる野菜
رحا	御飯	チキンカレー	御飯	御飯	<u> </u>	御飯	御飯
タ	I	サラダ	ホキのオーロラ焼き		鰆の白醤油焼き	煮魚	鶏のケチャップ炒め
_	味噌汁	フルーチェ	スープ	吸物	味噌汁	吸物	レタススープ
	浅漬け	福神漬	サラダ	胡瓜とトマトの塩昆布和え			サラダ
	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26日 (金)	◆7月27日(土)
	御飯	御飯	パン	御飯		御飯	パン
自由	味噌汁	味噌汁	里芋サラダ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	肉団子と白菜の煮物
	里芋の大豆そぼろ煮		<u>ニ</u> リック バナナ	がんもの煮物			バナナ
		ふりかけ	 牛乳	かっぱ漬	高菜漬	たくあん	牛乳
	御飯	御飯	社 穀御飯	うなたま丼	<u> </u>	サンドイッチ	キーマカレー
	鶏肉と麩の親子煮	単級 牛肉コロッケ	塩サバ	 吸物	カレイの黄金焼き	クリームシチュー	サラダ
昼食	味噌汁	たまごのコンソメスープ	吸物	冬瓜のそぼろ煮	吸物	ファ ムファュ サラダ	スイカ
食	青菜のおひたし	マカロニサラダ	白和え	マルマ こび フボ	にらの卵とじ		福神漬
問	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	ストロベリータルト
120	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
D	ホッケの味噌ポン焼き		鶏肉とキャベツの味噌炒め	野城 チンジャオロース	麻婆茄子		
_	My Who was a most of the mos	味噌汁	味噌汁	春雨スープ	生姜スープ	南瓜と人参のスープ	
		1	菜種和え	胡瓜の中華和え	バンサンスー	ポテトサラダ	和風ビーフン
	1呉豆腐	ピーマンの炒め物	木作り/1				. = . = . = .
	呉豆腐 7月28日 (日)	ピーマンの炒め物 7月29日 (月)		7月31日 (zk)			
	7月28日 (日)	7月29日 (月)	7月30日 (火) パン	7月31日 (水) 御飯			
朝	7月28日 (日) 御飯		7月30日(火)	7月31日(水) 御飯 味噌汁			
朝食	7月28日(日) 御飯 味噌汁	7月29日 (月) 御飯	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮	御飯 味噌汁		★行事食★	
	7月28日 (日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物	7月29日 (月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物		★行事食★	
	7月28日 (日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し	7月29日 (月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	7月30日 (火) 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			
食 —	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯	7月29日 (月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯		7日 (日) 七夕	
食 —	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮			
	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ	24	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 	旬の食材*
食 —	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮	24	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 	し 旬の食材* スイカ
食	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨	24 ◆食の	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 記念日◆ *	スイカ
食	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え 焼きドーナツ	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢 カエデの実	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨 飲むヨーグルト	24 ◆食の 14日 (日)	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 記念日◆ * 辛子の日 すっ	スイカ
食	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物 ミルージュ 御飯	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え 焼きドーナツ 御飯	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢 カエデの実 御飯	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨 飲むヨーグルト 御飯	24 ◆食の 14日 (日)	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 記念日◆ * 辛子の日 すっ スイカの日 茄子・	スイカ rき・うなぎ トマト・胡瓜
食 昼食 間 タ	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物 ミルージュ 御飯 豚肉のキムチ炒め	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え 焼きドーナツ 御飯 鮭のたらも焼き	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢 カエデの実 御飯 鶏の塩麹焼き	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨 飲むヨーグルト 御飯 豚肉と茄子の中華炒め	24 ◆食の 14日 (日)	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 記念日◆ * 辛子の日 すっ スイカの日 茄子・	スイカ
食 昼食 間 タ	7月28日(日) 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅干し 御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 ひじきの煮物 ミルージュ 御飯	7月29日(月) 御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ 御飯 豚肉と厚揚げの味噌煮 吸物 辛子和え 焼きドーナツ 御飯	7月30日 (火) パン 空豆の洋風煮 バナナ 牛乳 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 もずく酢 カエデの実 御飯	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しば漬 御飯 くずし豆腐の海鮮煮 スープ 梅春雨 飲むヨーグルト 御飯	24 ◆食の 14日 (日)	7日(日)七夕 4日(水)土用の丑の日 記念日◆ * 辛子の日 すっ スイカの日 茄子・	スイカ rき・うなぎ トマト・胡瓜