

令和7年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

			7月1日 (火)	7月2日 (水)	7月3日 (木)	7月4日 (金)	7月5日 (土)
朝食			パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	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 空豆の洋風煮 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 揚げ鶏のレモン醤油からめ 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 トマトのポタージュ サラダ	御飯 サバのおろし煮 吸物 中華和え
間			どら焼き	野菜生活	黒棒	ショコラブッセ	丸ボーロ
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 牛肉のカラフルボン酢炒め 吸物 カリフラワーのカレーマヨサラダ
	7月6日 (日)	★7月7日 (月)	7月8日 (火)	7月9日 (水)	7月10日 (木)	7月11日 (金)	7月12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 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 胡瓜漬	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 スクランブルエッグ バナナ 牛乳
昼食	御飯 太刀魚のタレ焼き 味噌汁 うの花サラダ	七タちらし あさりの吸物 豆腐のカニ風味煮 スイカ	御飯 ハンバーグ トマトの和風スープ マカロニサラダ	挽肉とかぼちゃのカレー ポテトサラダ フルーツヨーグルト 福神漬	フレンチトースト ブラウンシチュー サラダ	御飯 カレイのタルタル焼き スープ サラダ	御飯 赤魚のオリーブオイル焼き スープ 白菜の洋風煮
間	ミルミル	クリームコンフェ	カエデの実	飲むヨーグルト	カスタードケーキ	シュークリーム	りんごジュース
夕食	御飯 豚肉と里芋の煮物 吸物 春雨サラダ	御飯 鶏チリ みぞれ汁 オクラのとろろ和え	御飯 ホッケの生姜味噌焼き 吸物 焼き茄子	御飯 サバの竜田焼き スープ 甘夏和え	御飯 煮魚 味噌汁 とろろ	御飯 鶏肉のトマト煮 スープ 里芋のサラダ	御飯 牛肉と茄子のさっぱり炒め 吸物 卵豆腐の生姜あんかけ
	7月13日 (日)	7月14日 (月)	7月15日 (火)	◆7月16日 (水)	7月17日 (木)	7月18日 (金)	★7月19日 (土)
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 ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜漬	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 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 鮭の漬焼き 味噌汁 えび団子とチンゲン菜の煮物	御飯 牛肉コロッケ コーンスープ 塩麴サラダ	人参ごはん 豚肉と冬瓜の煮物 茶碗蒸し ぬた和え	御飯 鮭の辛子味噌焼き そうめん汁 ほうれん草のゆずおろし和え	御飯 赤魚の塩麴焼き さつま汁 酢の物	御飯 ゴーヤチャンプルー 吸物 冬瓜のそぼろ煮	うなたま丼 吸物 甘酢生姜和え
間	もみじ饅頭	ミルミル	黒棒	原宿ドッグ	ワッフル	野菜生活	丸ボーロ
夕食	御飯 豚肉とキャベツの炒め物 吸物 煮豆	御飯 メバルの梅干煮 味噌汁 冷奴	御飯 ホキのオーロラ焼き スープ ズッキーニの炒め物	御飯 五目柳川風 吸物 胡瓜とトマトの塩昆布和え	御飯 チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬	御飯 鯖の白醤油焼き 吸物 サラダ	御飯 芋煮 吸物 浅漬け
	7月20日 (日)	7月21日 (月)	7月22日 (火)	7月23日 (水)	7月24日 (木)	7月25日 (金)	7月26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 里芋サラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 胡瓜漬	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 赤魚のピリ辛ごま煮 吸物 深山和え	御飯 鶏肉と麩の親子煮 茄子とあおさの味噌汁 胡瓜の塩昆布和え	御飯 牛肉と春雨のオイスター炒め スープ 中華和え	雑穀ごはん 鯖のみりん焼き 豚汁 白和え	焼きそば レタススープ さつま芋サラダ ヨーグルト	サンドイッチ クリームシチュー サラダ	御飯 カレイの黄金焼き たまごのコンソメスープ トマトと焼き茄子のサラダ
間	ミルージュ	クリームコンフェ	黒糖饅頭	飲むヨーグルト	バームクーヘン	スイートポテト	赤ぶどうジュース
夕食	御飯 鶏のケチャップ炒め スープ オクラのとろろ和え	御飯 ホキのたらも焼き 吸物 サラダ	御飯 鮭の塩焼き 味噌汁 ピーマンの塩昆布和え	御飯 豚ロールの野菜巻き スープ 菜種和え	御飯 赤魚の煮付け 味噌汁 酢の物	御飯 ホッケの味噌ボン焼き 吸物 なめこみぞれ煮奴	御飯 麻婆茄子 生姜スープ バンサンスー
	7月27日 (日)	7月28日 (月)	7月29日 (火)	7月30日 (水)	7月31日 (木)		
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 胡瓜漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	★行事食★ 7日 (月) セタ 19日 (土) 土用の丑の日 ◆食の記念日◆ 16日 (水) 辛子の日 ＊旬の食材＊ スイカ・うなぎ 茄子・トマト・胡瓜 オクラ・セロリ・冬瓜	
昼食	御飯 豚肉のキムチ炒め スープ 煮豆	キーマカレー サラダ スイカ 福神漬	高菜めし 塩サバ 吸物 冷奴	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	御飯 くずし豆腐の海鮮煮 吸物 茄子の味噌炒め		
間	もみじ饅頭	ショア	シュークリーム	カエデの実	プリンタルト		
夕食	御飯 煮魚 とろたま汁 和風ビーフン	御飯 太刀魚のタレ焼き 吸物 梅春雨	御飯 豚肉と里芋の味噌煮 吸物 辛子和え	御飯 鶏の塩麴焼き 吸物 山芋のわさび和え	御飯 鶏チリ スープ しば漬け和え		