

令和3年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

						7月1日(木)	◆7月2日(金)	7月3日(土)					
朝食	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>7日(水)七夕 28日(水)土用の丑の日</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>◆食の記念日◆</p> <p>2日(金)うどんの日 27日(火)スイカの日</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <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>						御飯 味噌汁(白菜) しらたきの真砂煮 青しそ高菜	御飯 味噌汁(玉ねぎ) 麩の煮物 しば漬	パン キャベツのマスタード煮 バナナ 牛乳				
昼食							赤飯 鶏肉と厚揚げの山椒煮 吸物 かくや和え 甘酒	おろしぶっかけうどん 煮豆 白和え コーヒーゼリー	御飯 鯖の味噌煮 吸物 ごまサラダ				
間							どら焼き	飲むヨーグルト	ととやき				
夕食							御飯 カレーのバター醤油焼き わかめスープ ごま豆腐	御飯 赤魚の煮付け 卵スープ なめ茸和え	御飯 鶏の青じそ炒め なめこ汁 スパサラダ				
7月4日(日)		7月5日(月)		7月6日(火)		★7月7日(水)		7月8日(木)		7月9日(金)		7月10日(土)	
朝食	御飯 味噌汁(おつゆ麩) 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁(大根) がんもの煮物 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁(おつゆ麩) ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁(里芋) 切干大根の煮物 しそ高菜	御飯 味噌汁(玉ねぎ) 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 鶏肉のトマト煮 コンソメスープ おかか和え	御飯 鮭の照り焼き 豚汁 とろろ芋	キーマカレー 大豆サラダ 梨のコンポート 福神漬	七夕ちらし あさりの吸物 炊き合わせ 七夕ゼリー	御飯 赤魚のおろし煮 吸物 バンサンスー	御飯 筑前煮 吸物 ナムル	御飯 南瓜コロック レタススープ チキンサラダ ヨーグルト						
間	みかんジュース	もみじ饅頭	ゼリー	マロンワッフル	ミルージュ	黒糖饅頭	焼きドーナツ						
夕食	御飯 スズキのねぎポン酢かけ 味噌汁 糸こんの卵とじ	御飯 豆腐の帆立あんかけ トマトと卵の中華スープ ピーマンのじゃこ炒め	御飯 太刀魚の梅干煮 豆乳味噌汁 なます	御飯 サバの竜田焼き わかめスープ キャベツとリンゴのサラダ	御飯 豚肉と野菜の塩麴炒め 味噌汁 ゆかり和え	御飯 ホッケのみりん焼き なめこ汁 大根と肉団子の煮物	御飯 太刀魚の生姜煮 くず汁 蒸し茄子のみょうがポン酢和え						
7月11日(日)		7月12日(月)		7月13日(火)		7月14日(水)		7月15日(木)		7月16日(金)		7月17日(土)	
朝食	御飯 味噌汁(なめこ) 麩の煮物 梅干し	御飯 味噌汁(白菜) 三日大豆 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁(もやし) 里芋の鳴門煮 べったら漬	御飯 味噌汁(じゃが芋) 高野豆腐の煮物 青しそ高菜	御飯 味噌汁(南瓜) 小松菜の煮浸し しば漬	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳						
昼食	御飯 鯖の塩麴焼き もずくスープ 浅漬	焼肉丼 中華スープ トマトサラダ ラブミープラス	御飯 ホッケの味噌ポン焼き 吸物 和風ポテトサラダ	紅生姜ごはん サバの塩焼き 吸物 厚揚げのおかか煮	フレンチトースト ポトフ はんぺんサラダ デザート	御飯 カレーの昆布茶焼き さつま汁 卵豆腐のなめこあんかけ	御飯 おからハンバーグ コーンスープ キャベツのサラダ						
間	野菜生活	クリームコンフェ	リンゴジュース	ゼリー	カスタードケーキ	焼きプリンタルト	気になる野菜						
夕食	御飯 ぶた肉じゃが 味噌汁 呉豆腐	御飯 ホキの梅ポン酢のせ 吸物 焼きビーフン	御飯 ポークチャップ 野菜スープ 甘夏和え	御飯 鶏肉のガーリック炒め みぞれ汁 豆サラダ	御飯 煮魚 帆立スープ 炒り豆腐	御飯 オクラとトマトのみぞれサラダ フルーチェ 福神漬	御飯 ホキの黄金焼き かきたま汁 もずく酢						
7月18日(日)		7月19日(月)		7月20日(火)		7月21日(水)		7月22日(木)		7月23日(金)		7月24日(土)	
朝食	御飯 味噌汁(しめじ) しらたきの真砂煮 奈良漬	御飯 味噌汁(大根) がんもの煮物 ふりかけ	パン チキンボールのケチャップ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁(もやし) ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁(さつま芋) 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁(豆腐) 切干大根の煮物 しば漬	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳						
昼食	御飯 豚肉の生姜醤油炒め わかめスープ ところてん	ピース御飯 スズキの幽庵焼き 茶碗蒸し ゴーヤサラダ	御飯 豚肉と茄子のさっぱり炒め 吸物 白菜のおかか和え	御飯 肉豆腐 吸物 オクラとみょうがのなめ茸和え	冷やし担々麺 煮豆 サラダ レモンゼリー	御飯 鮭の南蛮漬 冬瓜の吸物 さつまいもサラダ	御飯 赤魚の煮付け 団子汁 塩昆布和え						
間	黒棒	バームクーヘン	みかんジュース	原宿ドッグ	丸ボーロ	ミルミル	もみじ饅頭						
夕食	御飯 メバルの山椒煮 味噌汁 にらの卵とじ	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 野菜スープ 山芋の梅のり和え	御飯 太刀魚の塩レモン焼き 味噌汁 舞茸のソテー	御飯 メバルの味噌煮 とろろスープ ズッキーニのカレー風味炒め	御飯 ホキの彩りあんかけ 吸物 ところてんサラダ	御飯 バーベキューチキン 味噌汁 三目金平	御飯 宝袋 トマトスープ にんにくの芽のソテー						
7月25日(日)		7月26日(月)		◆7月27日(火)		★7月28日(水)		7月29日(木)		7月30日(金)		7月31日(土)	
朝食	御飯 味噌汁(里芋) 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁(南瓜) 三日大豆 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁(なめこ) 里芋の鳴門煮 べったら漬	御飯 味噌汁(白菜) しらたきの真砂煮 青しそ高菜	御飯 味噌汁(玉ねぎ) 麩の煮物 しば漬	パン キャベツのマスタード煮 バナナ 牛乳						
昼食	御飯 ゴーヤチャンプルー スープ のり和え	御飯 鶏肉と冬瓜の煮物 あおさ汁 酢味噌和え	ポークカレー マカロニサラダ スイカ 福神漬	鰻の蒲焼き丼 吸物 浅漬 ゼリー	御飯 えびしんじょ 春雨スープ ごま和え	サンドイッチ ブラウンシチュー りんごサラダ ヨーグルト	御飯 麻婆茄子 スープ 春雨の酢の物						
間	カエデの実	カスタードケーキ	ゼリー	ミルージュ	スイートポテト	ココアワッフル	ミニたい焼き						
夕食	御飯 カレーのみりん焼き 味噌汁 大根サラダ	御飯 エビチリ春雨 中華スープ ぎょうざ	御飯 魚のおろしあんかけ 吸物 鶏肝のタレ炒め	御飯 麦ごはん 豚肉と野菜のもろみ炒め 生姜スープ とろろ	御飯 鶏のタレ焼き 豆乳スープ 厚揚げのみぞれ煮	御飯 タラのゆずマヨ焼き あおさ汁 ごま豆腐のわさび風味サラダ	御飯 タラのポテト焼き 味噌汁 オクラの梅サラダ						