

令和4年7月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

| | | | | | | 7月1日(金) | 7月2日(土) | | | | | | |
|----------|--|---|---|--------------------------------------|---|---|--------------------------------------|----------|--|----------|--|-----------|--|
| 朝食 | | | | | | 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 | | | | | | 赤飯 ホッケの柚庵焼き 吸物 冷奴 甘酒 | 御飯 和風麻婆豆腐 スープ ハンサンスー | | | | | | |
| 間 | | | | | | どら焼き | はっ酵豆乳 | | | | | | |
| 夕食 | | | | | | 御飯 豚肉と大豆のトマト煮 スープ サラダ | 御飯 ムニエルのタルタルのせ 野菜スープ サラダ | | | | | | |
| 7月3日(日) | | 7月4日(月) | | 7月5日(火) | | 7月6日(水) | | ★7月7日(木) | | 7月8日(金) | | 7月9日(土) | |
| 朝食 | 御飯 味噌汁 千切り煮 奈良漬 | 御飯 味噌汁 里芋と肉団子の煮物 ふりかけ | パン マカロニサラダ バナナ 牛乳 | 御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬 | 御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮 | 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 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 サバの味噌煮 吸物 ゴーヤとツナの塩昆布和え | 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 おからサラダ | 七タちらし あさりの吸物 炊き合わせ | 御飯 鶏の青じそ炒め グリーンピースのポタージュ 大根サラダ | 茄子と挽肉のカレー サラダ スイカ 福神漬 | | | | | | |
| 間 | 焼きプリンタルト | クリームコンフェ | 野菜生活 | 黒棒 | ショコラブッセ | みかんジュース | 原宿ドッグ | | | | | | |
| 夕食 | 御飯 太刀魚の香味焼き 味噌汁 ボン酢和え | 御飯 牛かぼちゃ 味噌汁 ところてん | 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 空豆のしらす煮 | 御飯 豚肉と冬瓜の煮物 吸物 カリフラワーのカレーマヨサラダ | 御飯 友禅蒸し 味噌汁 こんにゃくの金平 | 御飯 太刀魚のタレ焼き 団子汁 酢の物 | | | | | | |
| 7月10日(日) | | 7月11日(月) | | 7月12日(火) | | 7月13日(水) | | 7月14日(木) | | 7月15日(金) | | ◆7月16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 ポークビーンズ バナナ 牛乳 | 御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 べったら漬 | 御飯 味噌汁 がんもの煮物 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 赤魚のおろし煮 スープ 浅漬 | フレンチトースト クリームシチュー サラダ | 御飯 ホキの竜田焼き さつま汁 甘夏和え | 冷やしとろろそば 厚揚げの旨煮 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 鮭の辛子味噌焼き 吸物 塩麴サラダ | | | | | | |
| 間 | とと焼き | 丸ボーロ | りんごジュース | すいととぼと | 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 呉豆腐 | 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 いとこ煮 | 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 牛肉のカラフルボン酢炒め 吸物 豆腐のカニ風味煮 | | | | | | |
| 7月17日(日) | | 7月18日(月) | | 7月19日(火) | | 7月20日(水) | | 7月21日(木) | | 7月22日(金) | | ★7月23日(土) | |
| 朝食 | 御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬 | 御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ | パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳 | 御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬 | 御飯 味噌汁 切干大根の煮物 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 太刀魚の山椒煮 味噌汁 ほうれん草のごま和え | 人参ごぼん 豚肉と大根の煮物 茶碗蒸し 酢の物 | 御飯 メバルの梅干煮 茶そば汁 ほうれん草のゆずおろし和え | 御飯 赤魚の塩麴焼き 豚汁 ズッキーニの炒め物 | 御飯 五目柳川風 吸物 深山和え | 御飯 ゴーヤチャンプルー 吸物 もずく酢 | うなたま丼 吸物 冬瓜のそぼろ煮 | | | | | | |
| 間 | 焼きドーナツ | ワッフル | 野菜生活 | パンケーキ | 黒棒 | クリームコンフェ | 気になる野菜 | | | | | | |
| 夕食 | チキンカレー サラダ フルーチェ 福神漬 | 御飯 おさかな明太しゅうまい 中華スープ チキンサラダ | 御飯 カットハンバーグ レタススープ サラダ | 御飯 宝袋 吸物 浅漬 | 御飯 ホッケの白醤油焼き 味噌汁 大豆とひじきの煮物 | 御飯 ホキのオーロラ焼き スープ サラダ | 御飯 豚肉のキムチ炒め スープ 煮豆 | | | | | | |
| 7月24日(日) | | 7月25日(月) | | 7月26日(火) | | 7月27日(水) | | 7月28日(木) | | 7月29日(金) | | 7月30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 バイクドエッグ 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 ところてん | キーマカレー サラダ フルーツヨーグルト らっきょう | 雑穀御飯 塩サバ 吸物 白和え | 御飯 麻婆茄子 生姜スープ ハンサンスー | 御飯 すり身の紅生姜揚げ 吸物 ポテトサラダ | サンドイッチ ブラウンシチュー サラダ | 御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 だし巻き卵 | | | | | | |
| 間 | カスタードケーキ | 黒糖饅頭 | カエデの実 | りんごジュース | もみじ饅頭 | バームクーヘン | 原宿ドッグ | | | | | | |
| 夕食 | 御飯 ホキの甘酢あんかけ 吸物 ごま豆腐 | 御飯 鮭のレモン塩焼き 根菜汁 菜種和え | 御飯 鶏肉とキャベツの味噌炒め とろたま汁 胡瓜の塩昆布和え | 御飯 煮魚 味噌汁 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31日(日) | | <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>★行事食★</p> <p>7日(木) 七夕 23日(土) 土用の丑の日</p> <hr/> <p>◆食の記念日◆</p> <p>16日(土) 辛子の日</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">*旬の食材*</div> </div> <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> | | | | | | | | | | | |
| 朝食 | 御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬 | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 御飯 赤魚のピリ辛ごま煮 吸物 呉豆腐 | | | | | | | | | | | | |
| 間 | ミルージュ | | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | 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 | | | | | | | | | | | | |