

月間献立表

		07月01日(月)		07月02日(火)		07月03日(水)		07月04日(木)		07月05日(金)		07月06日(土)		07月07日(日)		
朝	御飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(おつゆ・相模)	御飯 お魚ソーゼージと小松菜のソテー さつま芋のすりご あんずジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(わかずみ)	食パン オムレツ 付)ドロッパー 大根すりご ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴー)	御飯 しんじの煮物 付)しんげん 小松菜のわさび和え みそ汁(しめじ・かぶ)	御飯 じゃが芋とツタの炒め物 温泉卵 みそ汁(しめじ・おつゆ)	御飯 ウインナーソー ほうれん草のごま和え みそ汁(わかずみ)	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース) 付)ブロッコリー 漬物とほうれん草の炒め物 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・水菜)	御飯 煮ご飯 ほろろ漬 大豆とひじきの炒め物 とろろとなめたけの和え物 みそ汁(しらね・貝割れ)	【益法要】 大根煮 糠揚げ 豆腐田楽 春巻の胡麻和え お吸い物(とろろ昆布・みつば)	シーフードカレー ナムサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) メンチカツ コンソメスープ(菜の花・長ねぎ)	【お誕生日献立】 ターメリックライス 鶏肉の香草焼き うちわ(コース) 付)人参 グリルステーキとベコンのソテー フルーツ缶(パイナップル) コーンポタージュ	御飯 牛肉のにんにく醤油炒め 付)スナップエンドウ ブロッコリーサラダ フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(たまご・にら)	【七夕】 セブソーめん 鶏ささみの変わり揚げ 茄子のおろし和え ぶどうゼリー	おやつ	おやつ(蒸しパン)	おやつ(ドムケキこしあん)	【益法要】 おやつ(上用練乳)	おやつ(スイロ-いしご)	おやつ(クリームワッフル)	【お誕生日おやつ】 スイーツクッキー(ブルーベリー・クッキー)	【七夕】 おやつ(お置きまぜゼリー)	
夕	御飯 ますの味噌焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え フルーツ缶(みかん)	御飯 中華風照焼き 中華あん かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル 香の物(赤しそ・実漬)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め さつま芋の甘煮 二色和え 香の物(しば漬)	御飯 鶏肉のゆず醤油ソース ゆず醤油ソース) 付)ピーマン なすの詰め煮 小松菜のピーナツ和え たいみそ	御飯 豆豚ハンバーグ マリヤキソース) 付)甘栗人参・コーン 冬瓜の生煮煮 青梗菜のゆず和え 香の物(梅だれいこ)	御飯 たらのみりん焼き 付)白菜 レバーとれんこんの旨煮 もやしのポン酢和え 漬漬(きゅうり)	御飯 たらのみりん焼き 付)白菜 レバーとれんこんの旨煮 もやしのポン酢和え 漬漬(きゅうり)	御飯 ますの味噌焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え フルーツ缶(みかん)	日付	07月08日(月)	07月09日(火)	07月10日(水)	07月11日(木)	07月12日(金)	07月13日(土)	07月14日(日)
朝	御飯 肉詰めいなり煮物 しんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・わか)	御飯 レーズンロール クリームチーズ いちごジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 和風スクランブルエッグ 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・塩揚げ)	食パン なすのミートソース煮 りんごジャム フルーツ缶(パイナップル)	御飯 とりつくね 付)しんげん わかずみ みそ汁(ほうれん草・うずまき)	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 長芋とろろ みそ汁(小松菜・えのき)	御飯 さつま揚げの炒め煮 ほうれん草としめじの和え物 みそ汁(もやし・おつゆ)	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 つくねの照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 蓮の花の中巻サラダ みそ汁(花巻・長葱)	御飯 豚肉のマヨネーズかけ 焼き餃子 青梗菜のナムル かき玉汁(相模)	十五穀米ごはん かれの揚げ浸し 付)オクラ かぶの煮物 ほうれん草のお浸し お吸い物(とろろ・葱)	御飯 タンドリーチキン 付)ブロッコリー かぶの洋風煮 カルデスポンチ ハンバーグ・ムース	御飯 たらのしそ塩焼き 付)うまいま 冬瓜のかにあんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(なご・絹さや)	御飯 肉のしそ塩焼き 付)ブロッコリー 牛肉とごぼうの旨煮 なすの詰め煮 香の物(しば漬)	御飯 たらのしそ塩焼き 付)うまいま 冬瓜のかにあんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(なご・絹さや)	御飯 ますの味噌焼き 付)オクラ 香の物(長葱) カリフラワーの甘酢漬 みそ汁(冬瓜・貝割れ)	おやつ	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(ロールケーキモカ)	おやつ(エクレア)	おやつ(横巻饅頭)	おやつ(ずんだどら焼き)	おやつ(和のパンケーキきなこ黒糖)	おやつ(もみじまんじゅう)
夕	御飯 ベーコンのキッシュ クリームトマトソース) 付)じゃが芋 あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ フルーツ缶(洋梨)	御飯 ほかけの塩昆布焼き 付)大根おろし ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え 香の物(胡瓜漬・赤)	御飯 ポークチャップ カリフラワー・ソテー 野菜サラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 あじの漬かけ カリフラワー・ソテー 揚げ出し豆腐 しらねとえのきの和え物 うめしお	御飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ かつおおかか	御飯 ほきのマスタード焼き 付)ブロッコリー 牛肉とごぼうの旨煮 なすの詰め煮 香の物(しば漬)	御飯 ほきのマスタード焼き 付)ブロッコリー 牛肉とごぼうの旨煮 なすの詰め煮 香の物(しば漬)	日付	07月15日(月)	07月16日(火)	07月17日(水)	07月18日(木)	07月19日(金)	07月20日(土)	07月21日(日)	
朝	御飯 だし巻き卵 付)煮干豆 青梗菜の和え物 みそ汁(長葱・塩揚げ)	御飯 ミルクロール ウインナーとアスパラのソテー 白菜のすりご ブルーベリージャム フルーツ缶(ミックス)	御飯 肉詰めいなり煮物 ほうれん草の塩和え みそ汁(うずまき・長葱)	食パン ベコンと野菜のポト あんずジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 オムレツ 付)スナップエンドウ わかずみ みそ汁(ほうれん草・おつゆ)	御飯 納豆 しらねとさつま揚げの煮浸し わかずみ(さつま芋・玉葱)	御飯 野菜つみれの煮物 大根の和風すりご みそ汁(相模・長葱)	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 ミートローフ ソース) 付)パスタ 小松菜とかにのコンガ炒め コーヒゼリー コンソメスープ(若布・人参)	御飯 赤魚のみりん焼き 焼き餃子 青梗菜のナムル マンゴーゼリー	冷やし中華 焼き餃子 青梗菜のナムル マンゴーゼリー	御飯 かぼの生煮煮 付)花形人参・いんげん かぶのそぼろがけ しらねのピーナツ和え かき玉汁	【お好み煮】 天丼 炒り豆腐 フルーツ缶(みかん) みそ汁(無糖・みつば)	御飯 ほきの和風ムニエル 付)そら豆 なすの詰め煮 キャベツのサラダ みそ汁(とろろ昆布・椎茸)	御飯 ほきの和風ムニエル 付)そら豆 なすの詰め煮 キャベツのサラダ みそ汁(とろろ昆布・椎茸)	御飯 鶏山崎揚げ 付)玉葱 冬瓜のえびあんかけ きゅうりの塩昆布和え みそ汁(豆腐・かぶ)	おやつ	おやつ(豆乳焼きトナリ)	おやつ(ドムケキこしあん)	おやつ(カステラ)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(小豆ムース)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(黒糖饅頭)
夕	御飯 黄金がれの煮付け 付)人参・相さや れんこんきんぴら煮 ブロッコリーサラダ 香の物(しば漬)	御飯 豚肉のケチャップ焼き 鶏肉の葱塩炒め 野菜サラダ 香の物(つば漬)	御飯 豚肉の葱塩炒め 野菜サラダ 香の物(つば漬)	御飯 バナナムース	御飯 バナナのマスタード焼き 付)ブロッコリー 鶏とごぼうの旨煮 もやしのサラダ 香の物(大根)	御飯 バナナのマスタード焼き 付)ブロッコリー 鶏とごぼうの旨煮 もやしのサラダ 香の物(大根)	御飯 バナナのマスタード焼き 付)ブロッコリー 鶏とごぼうの旨煮 もやしのサラダ 香の物(大根)	日付	07月22日(月)	07月23日(火)	07月24日(水)	07月25日(木)	07月26日(金)	07月27日(土)	07月28日(日)	
朝	御飯 厚揚げの油煎煮 フナクサ菜としめじのお浸し みそ汁(もやし・わか)	食パン スクランブルエッグ 付)ドロッパー 白菜のすりご メイプルジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 ピーナツとさつま揚げの炒め 小松菜とツタの和え物 みそ汁(大根・うずまき)	キャロットロール ドロッパー 付)スナップエンドウ 青梗菜 いちごジャム フルーツ缶(みかん)	御飯 ちくわの甘辛煮 わかずみ みそ汁(もやし・ねぎ)	御飯 ウインナーと白菜のソテー ブロッコリーのすりご みそ汁(えのき・わか)	御飯 とりつくね 付)フナクサ菜 大根のさっぱり和え みそ汁(玉葱・うずまき)	10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	牛丼 小松菜と卵の炒め物 花野馬マリネ みそ汁(はんぺん・葱)	【選抜食】御飯 あじの煮付け B級肉の生煮炒め じゃがいもきんぴら 梅干しとわかずみ みそ汁(黒豆・貝割れ)	【土用の丑の日】 うなぎちろしずし 冬瓜のくず煮 オクラの湯煮和え お吸い物(てまり・みつば)	御飯 鶏肉の塩焼焼き 付)キャベツ さつま揚げと昆布の炒り煮 相模のからし和え みそ汁(玉葱・豆腐)	御飯 おろし甘辛煮 わかずみ みそ汁(もやし・ねぎ)	御飯 海老と豆腐の炒め物 付)キャベツ さつま揚げと昆布の炒り煮 相模のからし和え みそ汁(豆腐・かぶ)	御飯 海老と豆腐の炒め物 付)キャベツ さつま揚げと昆布の炒り煮 相模のからし和え みそ汁(豆腐・かぶ)	御飯 海老と豆腐の炒め物 付)キャベツ さつま揚げと昆布の炒り煮 相模のからし和え みそ汁(豆腐・かぶ)	おやつ	おやつ(コーヒゼリー)	おやつ(酒釀飯)	おやつ(お好みケーキ)	おやつ(ロールケーキ)	おやつ(バナナクレープ)	おやつ(抹茶どら焼き)	おやつ(人形焼き)
夕	御飯 しいらの味噌漬焼き 付)オクラ かぶの土佐煮 キャベツとハムのドレ和え かつおおかか	御飯 豚肉のマヨネーズ焼き 付)スナップエンドウ なすの煮浸し 春雨の旨酢和え 香の物(つば漬)	御飯 豚肉の照り焼き 付)ブロッコリー 切干大根の煮物 青梗菜のゆず風味和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 かに玉 旨酢あん 焼きピーマン ハムと白菜の中巻サラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘煮 大根サラダ フルーツ缶(洋梨)	御飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘煮 大根サラダ フルーツ缶(洋梨)	御飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃの甘煮 大根サラダ フルーツ缶(洋梨)	日付	07月29日(月)	07月30日(火)	07月31日(水)					
朝	御飯 ねぎあんかけ焼焼き ねぎあん ほうれん草のゆず醤油和え みそ汁(白菜・かぶ)	食パン オムレツ マレードジャム フルーツ缶(マンゴー)	御飯 白煮とさつま揚げの煮浸し みそ汁(長葱・わか)													
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	【精進会】 ソース焼きそば じゃがバター フルーツゼリー寄せ 中華スープ(もやし・葱)	【郷土食 静岡風】 桜海老ごはん あじの金山寺味噌焼き 付)長ねぎ 小松菜としらすの山梨風味 みかんゼリー おさく	御飯 豚肉の焼肉炒め 茄子の帆立あんかけ もずく酢 中華スープ(はんぺん・豆腐)													
おやつ	【精進会】 おやつ(ス(カ)ロールケーキ)	【精進会】 おやつ(バナナアイス)	おやつ(バナナムース)													
夕	御飯 かれの香味焼き 付)オクラ もやしのソテー かぼちゃサラダ 香の物(さくら大根)	御飯 ハムとトマトソースかけ トマトソース) 付)スナップエンドウ 青梗菜のソテー フレッシュサラダ 昆布佃煮	御飯 麻婆豆腐 付)スナップエンドウ ひじきの五目煮 カリフラワーのたらこマヨ和え 香の物(青しそ・実漬)													