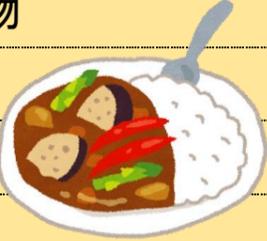
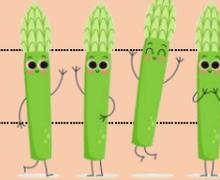


令和6年7月 献立表

	6月30日(日)	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)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	マカロニサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	白菜の炒め煮	小松菜のソテー	だし巻きたまご	ベーコンのスープ煮	大根菜のツナ煮	厚揚げ煮
	果物 	果物	牛乳	果物 	牛乳 	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	486Kcal 1.3g	308Kcal 2.2g	475Kcal 1.6g	309Kcal 2.4g	441Kcal 1.5g	314Kcal 2.1g	355Kcal 2.1g
昼食	ちらし寿司	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	夏野菜のカレー
	五目大豆煮	太刀魚の塩焼き	豚肉のねぎソース	さわらの磯辺焼き	牛肉のしぐれ煮	トンカツ(とんかつソース)	添え(福神漬)
	オクラと長芋の青じそドレ和え	添え(おろし・レモン)	添え(ブロッコリー・じゃがいも)	添え(オクラ・人参)	じゃこピーマン	添え(キャベツ・トマト)	大豆サラダ
	清汁	里芋煮	たけのこの炒め煮	れんこん炒め	さつま芋のごま和え	きざみ昆布の炒り煮	果物
		ほうれん草のごま和え	しろ菜の和え物	キャベツの甘酢和え	味噌汁	オクラのポン酢和え	
	462Kcal 3.9g	524Kcal 1.9g	478Kcal 2.6g	560Kcal 2.6g	586Kcal 2.7g	697Kcal 3.8g	629Kcal 2.8g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉としめじの生姜煮	ハンバーグ	チキンピカタ	豚肉の味噌炒め	クリームシチュー	鮭の幽庵焼き	鶏肉の照り焼き
	チンゲン菜の炒め物	添え(グラッセ)	添え(スナップエンドウ・トマト)	金時豆煮	ほうれん草ソテー	添え(ししとう・白ねぎ)	添え(ブロッコリー)
	もやしの和え物	かぶの洋風煮	アスパラベーコン	なす生姜醤油和え	カリフラワーサラダ	がんも煮	ごぼうの香味炒め
	味噌汁	ひじきのサラダ	マカロニサラダ	清汁 	プリン 	里芋のずんだ和え	白菜の青じそドレ和え
		コーンスープ 	コンソメスープ			清汁 	味噌汁
592Kcal 2.8g	678Kcal 3.6g	679Kcal 2.2g	639Kcal 2.5g	696Kcal 2.8g	601Kcal 2.7g	578Kcal 3.0g	
総合計	1540Kcal 8.0g	1510Kcal 7.7g	1632Kcal 6.4g	1508Kcal 7.5g	1723Kcal 7.0g	1612Kcal 8.6g	1562Kcal 7.9g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年7月 献立表

	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)
朝食	はちみつパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	アスパラのドレ和え	漬物	ジャム	ごま昆布佃煮	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	ちくわの金平	スナップエンドウソテー	炒り卵	ソーセージソテー	冬瓜の煮物	ほうれん草のお浸し
	果物 	果物	牛乳 	果物	牛乳 	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	445Kcal 0.9g	340Kcal 2.6g	494Kcal 1.8g	365Kcal 2.3g	461Kcal 1.4g	262Kcal 2.1g	264Kcal 2.3g
昼食	【七夕】 おにぎり 	御飯 鶏肉のからしマヨネーズ焼き	麻婆丼 もやしの中華和え	御飯 太刀魚の照り焼き	おにぎり	御飯 	御飯 鶏肉と大根の煮物
	七夕そうめん	添え(ズッキーニ・人参)	中華スープ	添え(ししとう)	卵の花	添え(スナップエンドウ)	さつまいもごま炒め
	枝豆がんも煮	昆布大豆煮	杏仁豆腐	ぜんまいの炒り煮	いちごゼリー	チンゲンサイのソテー	白菜の柚香和え
	すいか 	ブロッコリーの和え物		かぶの甘酢和え		ツナサラダ	味噌汁
		味噌汁 		味噌汁 		コンソメスープ	
	533Kcal 2.3g	659Kcal 3.2g	567Kcal 1.9g	559Kcal 2.3g	541Kcal 4.1g	651Kcal 2.1g	617Kcal 2.6g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉のおろし煮	あじのつけ焼き	豚肉の生姜焼き	肉じゃが	赤魚の煮付け	牛肉のカレー炒め	さけのバター焼き
	じゃが芋の味噌煮	添え(ソテー)	添え(キャベツ・トマト)	大根菜のさっと煮	添え(豆腐・オクラ)	小松菜の煮浸し	添え(グラッセ)
	しろ菜の生姜醤油和え	茄子の旨煮	里芋の含め煮	きゅうりのかにかま和え	厚揚げとごぼうのピリ辛炒め煮	アスパラのドレ和え	マカロニソテー
	清汁 	モロヘイヤとみょうがの和え物	しろ菜の和え物	清汁 	おさつサラダ	清汁 	キャベツのマヨ和え
		清汁 	味噌汁 		味噌汁 		コンソメスープ
528Kcal 2.6g	541Kcal 2.4g	506Kcal 2.7g	597Kcal 2.6g	592Kcal 2.7g	625Kcal 2.3g	625Kcal 2.3g	
総合計	1506Kcal 5.8g	1540Kcal 8.2g	1567Kcal 6.4g	1521Kcal 7.2g	1594Kcal 8.2g	1538Kcal 6.5g	1506Kcal 7.2g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年7月 献立表

	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)	
朝食	ミニ山シュガー	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥	
	照り焼き肉団子	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物	
	牛乳	キャベツの炒め物	スクランブルエッグ	チンゲン菜のツナ和え	マカロニサラダ	がんも煮	小松菜の煮浸し	
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳 	果物	果物	
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁	
	521Kcal 1.4g	312Kcal 2.1g	520Kcal 1.8g	290Kcal 2.1g	530Kcal 1.2g	363Kcal 2.4g	289Kcal 2.2g	
昼食	御飯	御飯	炊き込みごはん	【お弁当の日】	御飯	シーフードカレー	おにぎり	
	牛肉のオイスター炒め	めばるの煮付け	揚げ出し豆腐のあんかけ	枝豆ゆかりごはん	ポークチャップ	漬物(福神漬)	冷やしぶっかけうどん	
	長芋の白煮	添え(茄子・人参)	れんこんとアスパラのそぼろ炒め	スズキの甘酢あんかけ	添え(じゃがバター)	ブロッコリーサラダ	ごぼうの香味炒め	
	アスパラとえびの辛子酢味噌和え	しろ菜炒め	もやしのゆず醤油和え	添え(グリーンリーフ)	かぶの洋風煮	フルーツヨーグルト	いちごゼリー	
	清汁	大豆とツナのサラダ	味噌汁 	茄子の揚げ浸し	チーズサラダ			
		味噌汁		だし巻きたまご	コンソメスープ			
				オクラとモロヘイヤの和え物				
				清汁 				
			ミニロールケーキ 					
	592Kcal 2.5g	544Kcal 2.7g	590Kcal 3.3g	702Kcal 4.1g	545Kcal 3.0g	601Kcal 3.4g	580Kcal 2.8g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯 	
	他人とじ	マーマレードチキン	さばの塩焼き	チンジャオロース	鶏肉のタルタル焼	豚肉の塩麴焼	ミートローフ 	
	ひじき炒め煮	添え(ブロッコリー・トマト)	添え(おろし・レモン)	焼き餃子(ぽん酢)	添え(ソテー)	添え(キャベツ)	添え(グラッセ)	
	カリフラワーのドレ和え	白花豆煮	ちくわの金平	ほうれん草のナムル	アスパラ炒め	卵の花	アスパラのガーリック炒め	
	味噌汁 	いんげんのドレ和え	白菜の昆布和え	中華スープ 	長芋の梅和え	大根菜のドレ和え	カリフラワーのマリネ	
		清汁	味噌汁 		味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	
	577Kcal 3.0g	647Kcal 2.4g	563Kcal 3.3g	672Kcal 3.0g	665Kcal 3.0g	553Kcal 2.9g	648Kcal 2.1g	
総合計	1690Kcal 6.9g	1503Kcal 7.2g	1673Kcal 8.4g	1664Kcal 9.2g	1740Kcal 7.2g	1517Kcal 8.7g	1517Kcal 7.1g	

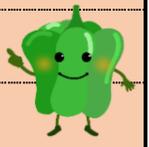
※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年7月 献立表

	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)
朝食	ストロベリーツイスト	白粥	食パン 	白粥	バターロール 	白粥	白粥
	ソーセージサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	大根菜の炒め物	しろ菜ソテー	えび団子の旨煮	スープ煮	炒り卵	ちくわとじゃがいもの煮物
	果物	果物	牛乳	果物	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	427Kcal 1.0g	322Kcal 2.1g	491Kcal 1.7g	328Kcal 2.6g	445Kcal 1.3g	355Kcal 2.1g	299Kcal 2.3g
昼食	【お誕生日会】 	御飯	御飯	【土用の丑の日】	御飯	おにぎり	ビビンバ丼
	赤飯	鶏肉のトマトソースがけ	コロッケ(とんかつソース)	うなぎ蒲焼き丼	さばの煮つけ	冷やしきつねそば	シューマイ(醤油)
	天ぷら盛り合わせ	添え(グラッセ)	添え(キャベツ)	野菜しんじょう煮	添え(さといも・ししとう)	豚の角煮	中華スープ
	添え(天つゆ)	ジャーマンポテト	小松菜とエビの炒めもの	きゅうりの酢の物	れんこんの金平	しろ菜のツナ和え	フルーツポンチ
	しろ菜の煮浸し	アスパラのドレ和え	カリフラワードレ和え	清汁	オクラの柚香和え		
	もやしの酢の物	コーンスープ	味噌汁	すいか 	味噌汁		
	赤だし 						
	567Kcal 3.6g	749Kcal 3.3g	599Kcal 3.3g	647Kcal 3.0g	527Kcal 2.6g	629Kcal 3.1g	638Kcal 2.3g
夕食	御飯	御飯	明太子の混ぜご飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉の生姜炒め	白身魚のバター醤油焼き	ベーコンときのこのキッシュ	鶏肉おろしポン酢かけ	蒸し豚のねぎソース	鶏肉の塩麴焼	さけの酒蒸し
	里芋煮	添え(ししとう)	添え(スナップエンドウ)	添え(もやし・ほうれん草)	添え(白菜)	添え(ブロッコリー)	添え(豆腐・白菜)
	スナップエンドウのドレ和え	ぜんまいの炒り煮	ズッキーニのソテー	さつま芋の煮物	かぼちゃ煮	なすの揚げ浸し	ひじき煮
	清汁 	ほうれん草のお浸し	海藻サラダ	チンゲンサイの和え物	春雨梅ドレ和え	いんげんの和え物	かぶのマヨ和え
		味噌汁	コンソメスープ	味噌汁 	味噌汁	味噌汁 	味噌汁 
577Kcal 2.5g	499Kcal 2.6g	580Kcal 3.4g	639Kcal 3.0g	531Kcal 3.0g	618Kcal 2.4g	599Kcal 3.4g	
総合計	1571Kcal 7.1g	1570Kcal 8.0g	1670Kcal 8.4g	1614Kcal 8.6g	1503Kcal 6.9g	1602Kcal 7.6g	1536Kcal 8.0g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年7月 献立表

	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)
朝食	カスタードクリームパン	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	いんげんのソテー	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	いか団子の旨煮	イタリアンサラダ	小松菜の煮浸し	ウインナーソテー	たまごとじ	じゃこピーマン
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳 	果物	果物 
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	476Kcal 1.1g	333Kcal 2.6g	486Kcal 2.0g	298Kcal 2.1g	490Kcal 1.3g	337Kcal 2.3g	300Kcal 2.3g
昼食	御飯	ハヤシライス	おにぎり	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉のしぐれ煮	添え(福神漬)	冷麺	豚肉の味噌炒め	太刀魚の幽庵焼き	牛肉の甘辛炒め	鶏の唐揚げ
	さつま芋のごま焼き	チーズサラダ	春巻き(醤油)	かぼちゃのいところ煮	添え(ししとう・白花豆煮)	しろ菜の煮浸し	添え(キャベツ・トマト)
	ブロッコリーの和え物	ババロア	杏仁豆腐	ブロッコリーサラダ	枝豆がんと煮	もやしの酢の物	ひじき煮
	味噌汁 			清汁 	モロヘイヤのごま和え	清汁 	オクラの和え物 
	584Kcal 2.6g	713Kcal 3.1g	648Kcal 2.8g	633Kcal 2.2g	650Kcal 3.0g	579Kcal 2.4g	638Kcal 2.9g
夕食	御飯	御飯	御飯	菜飯	御飯	御飯	御飯
	れんこんのおとし揚げ	鶏の治部煮	ほっけの塩焼き	千草蒸し	つくね豆腐の照り焼き	白身魚のムニエル	豚大根
	高野の煮物	なすの香味炒め	添え(大葉・おろし)	添え(さつま芋甘露煮)	添え(スナップエンドウ)	添え(グラッセ)	かにシューマイ(醤油)
	ぬた和え	アスパラのごまドレ和え	たけのこの土佐煮	大豆煮	れんこん金平	じゃがいもの洋風煮	きゅうりのドレ和え
	清汁 	かきたま汁 	もやしのナムル 	オクラの和え物	白菜のドレ和え	カリフラワーのツナマヨ和え	清汁 
	558Kcal 3.1g	663Kcal 2.1g	411Kcal 2.8g	575Kcal 3.6g	598Kcal 3.0g	597Kcal 2.2g	611Kcal 2.4g
総合計	1618Kcal 6.8g	1709Kcal 7.8g	1545Kcal 7.6g	1506Kcal 7.9g	1738Kcal 7.3g	1513Kcal 6.9g	1549Kcal 7.6g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。