

献立表

期間:2023/7/1~2023/7/31

	日	月	火	水	木	金	土	
朝食								パンバイキング しる菜の柚子和え 牛乳 パン
昼食								☆郷土料理☆鹿児島 赤飯 霧島黒豚メンチカツ 二色和え コンソメスープ(とうふ)
夕食								米飯 かゝの柚子味噌焼 大根の酢の物 清汁
3時								プチシュークリーム
	2	3	4	5	6	7	8	
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ 小松菜サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) 大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ チンゲン菜の煮浸し 飲むヨーグルト ミカン缶	米飯 漬物(青かっぱ) キャベツの和え物 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム ほうれん草のドレ和え 飲むヨーグルト パン	かに雑炊 春雨サラダ 牛乳 ミックスフルーツ缶	
昼食	米飯 白身魚の中華野菜あんかけ ジャーマンポテト 味噌汁	ハヤシライス 和風サラダ 白身フライ	米飯 白身魚のかば焼き風 ナスの煮物 コンソメスープ(とうふ)	☆郷土料理☆鹿児島 さつますもじ 南瓜のそぼろ煮 ももゼリー 赤だし	米飯 牛肉の甘辛煮 大根サラダ 味噌汁	☆☆七夕☆☆ ふりかけご飯 七夕そうめん 冬瓜のかに風味あんかけ 七夕ゼリー	米飯 鶏肉の塩こうじ焼き 白菜のゆかり和え 味噌汁	
夕食	米飯 肉吸い風 ビーフの炒め物 味噌汁	米飯 鰯の山椒焼 しる菜の和え物 みそ汁	米飯 回鍋肉 インゲンの生姜醤油和え すまし汁	米飯 鶏肉の柚子胡椒焼 春菊の土佐和え 清汁	米飯 ホキの西京焼き 卵豆腐 清汁(とろろ)	米飯 豚肉のソテー ブロッコリーのサラダ 味噌汁	米飯 白身魚の香草ムニエル じゃが芋のそぼろ煮 卵スープ	
3時	牛乳ケーキ	イチゴムース	もみじ饅頭	長崎カステラ	レモンケーキ	スイカ	プリン	
	9	10	11	12	13	14	15	
朝食	バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	クリームエスカルゴ ポテトサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール いちごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト おしぼり	米飯 漬物(ツボ漬) ブロッコリーのマスタード和 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング クリーミーベークンポテト 牛乳 パン	
昼食	米飯 エビかつ ちくわ卵とじ コンソメスープ	米飯 白身魚のゆず胡椒焼き 里芋のじっくりがし 味噌汁	米飯 豚肉のステーキ焼き 煮豆腐 味噌汁	カレーライス 星型コロッケ しる菜のお浸し 福神漬	米飯 味噌ラーメン 卵サラダ パン缶	米飯 アジの幽庵焼き 茄子の生姜あんかけ 味噌汁	かやく御飯 豆腐ステーキのおろしソース 胡瓜と白菜の酢の物 味噌汁	
夕食	米飯 かゝの梅煮 しる菜の明太子和え 味噌汁	米飯 とりつくね焼 茄子の含め煮 味噌汁	米飯 料の竜田揚げ 白菜サラダ コンソメスープ	米飯 トリの生姜焼き 高野の煮物 味噌汁	米飯 白身魚の磯辺焼き 青梗菜のくるみ和え みそ汁	米飯 ミートローフ 里芋の煮物 味噌汁	米飯 白身魚の漬け焼き か風卵炒め 味噌汁	
3時	ショコラマフィン	メープルプチケーキ	苺ムース	チョコチップクッキー	イチゴゼリー	ソフトマフィン	黒糖ケーキ	
	16	17	18	19	20	21	22	
朝食	バターロール はちみつ キャベツのおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶	クリームエスカルゴ 春雨サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬) 煮豆(大豆昆布) 味噌汁 牛乳	バターロール いちごジャム 切干大根煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	米飯 漬物(ツボ漬) ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト みかん缶	卵雑炊 チンゲン菜の煮浸し 牛乳 バナナ	
昼食	米飯 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草の香味和え 味噌汁	米飯 ホキのゆかり焼き 野菜麻婆豆腐 味噌汁	ふりかけご飯 海鮮塩焼きそば 生姜酢和え わかめスープ	米飯 八宝菜 カニシューマイ 中華スープ	かやく御飯 豚肉と筍の炒め物 小松菜の菜種和え 清汁	米飯 白身魚のピザ風 春菊の煮びたし コンソメスープ	野菜カレー トンカツ シーザーサラダ 福神漬	
夕食	米飯 鶏肉と大豆の甘味噌炒め チンゲン菜のサラダ 清汁(とろろ)	米飯 ハンバーグ チンゲン菜とカニのマヨ和え 中華スープ	米飯 白身魚の磯風味天ぷら ひじきの煮物 味噌汁	米飯 鶏肉と大根の旨煮 インゲンともやしの土佐和え 味噌汁	米飯 白身魚の塩焼き キャベツのサラダ 味噌汁	米飯 卵とはんぺんのふわふわ焼き しる菜のお浸し 味噌汁	米飯 白身魚の和風ムニエル マカロニサラダ コンソメスープ	
3時	リンゴゼリー	薄皮饅頭	バタークッキー	抹茶ゼリー	黒糖まんじゅう	杏仁ミルクプリン	ぱたぱた焼	
	23	24	25	26	27	28	29	
朝食	バターロール いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ チンゲン菜のサラダ 飲むヨーグルト パン	米飯 漬物(赤かっぱ) ほうれん草の煮浸し 味噌汁(揚げ) 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) チンゲン菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリーミーポテト 飲むヨーグルト 洋ナシ缶	かに雑炊 大根の煮物 牛乳 パン	
昼食	米飯 鰯の生姜焼き しる菜の胡麻和え みそ汁	米飯 鯖の山椒焼き さつま芋の煮物 みそ汁	☆健康米☆ お豆と雑穀のご飯 白身魚の磯辺焼き 春雨サラダ 味噌汁	ふりかけご飯(1/2) 焼きうどん 小松菜とカニかま和え 味噌汁	米飯 コーンコロッケ キャベツのサラダ ポタージュスープ	ポークカレー カリフラワーのサラダ イカリングフライ 福神漬	☆☆土用の丑☆☆ うなぎちらし寿司 南瓜の煮付け 梅ゼリー 赤だし(庄内鮎)	
夕食	米飯 ミートボールチャップ煮 ほうれん草のごま味噌和え コンソメスープ	米飯 牛肉の甘辛炒め 胡瓜のポン酢和え すまし汁	米飯 鶏肉の竜田揚げ 南瓜のにつけ 味噌汁	米飯 鶏つくねの和風焼き 大根の炒め煮 味噌汁	米飯 ホキの照り焼き 厚揚げ煮物 みそ汁	米飯 白身魚のパン粉焼き 香味和え コンソメスープ	米飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え 味噌汁	
3時	野菜カステラ	栗まんじゅう	バナナムース	マイケーキ	チョコパバロア	どら焼き	プチシュークリーム	
	30	31						
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ 小松菜サラダ 飲むヨーグルト パン缶						
昼食	米飯 白身魚の和風マヨソース しる菜の煮浸し コンソメスープ	ふりかけごはん 冷麺 春巻き 洋ナシ缶						
夕食	米飯 牛肉コロッケ からし酢味噌和え コンソメスープ	米飯 ふくら草焼 ゆかり和え 味噌汁						
3時	コーヒゼリー	抹茶ようかん						