

〇〇 令和6年 7月 献立表 〇〇 [サルビア常食]

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
朝食	米飯 みそ汁 (豆腐と麩) 小松菜の煮浸し ヤクルト	チョコチップスナックパン 牛乳 ポークビーンズ	米飯70 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) ほうれん草サラダ ヨーグルト	薄皮ミニ (白あん) 牛乳 切り干し大根の煮物	米飯70 みそ汁 (じゃがいも) ほうれん草の煮浸し ジョア (マスカット)	薄皮ミニ (あんパン) 牛乳 カレーソテー	おじや (鶏ミンチ) みそ汁 (キャベツ) 野菜炒め ヨーグルト
昼食	米飯 デミグラスソースハンバーグ マカロニサラダ コンソープ フルーツ (みかん缶)	米飯 (米70) 牛肉の冷しゃぶ 牛舎煮 味噌汁 (しめじ) フルーツ (みかん缶)	山菜の炊き込みご飯 魚の西京焼き 胡瓜ともやしの酢の物 味噌汁 (さつまいも) フルーツ (パイナップル)	ちらし寿司 ミニ天ぷら ほうれん草のくるみ和え フルーツ (すいか) すまし汁 (そうめん)	米飯70 だし巻き卵と野菜の煮物 もやしの酢の物 みそ汁 (かぼちゃと油揚げ) フルーツ (もも缶)	たけのこの炊き込みご飯 焼き魚 茄子といかのごま味噌和え 五色なます すまし汁 (卵豆腐)	米飯 オムレツ 和風サラダ クラムチャウダー たくあん漬
昼間食	ババロア	やわらかサブレ (ミルク味)	シューアイス	七夕杏仁	ソフトクレープ	プリン	みずまんじゅう
夕食	米飯 魚の煮付け 春菊のごまあえ みそ汁 (豆腐となめこ) 野菜菜漬	米飯70 カニ卵あんかけ 春雨サラダ すまし汁 (豆腐) たくあん漬	五目チャーハン 餃子 大根サラダ 卵スープ バナナ (1/2)	米飯 親子煮 茄子といかのごま味噌和え みそ汁 (豆腐と麩) フルーツ (みかん缶)	米飯70 ミートローフ ポテトサラダ 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) たまごふりかけ	米飯 豆腐とほたて貝の旨煮 ツナの酢の物 バナナ (1/2) なすの浅漬け	米飯70 厚揚げのあんかけ チキンサラダ みそ汁 (もやし) フルーツ (あまなつ缶)
朝食	米飯 みそ汁 (玉葱) ｷﾞﾊﾞｸとまぐろﾌﾙｰﾌﾞの和え物 ジョア (ストロベリー)	スナックパン (さつまいも) 牛乳 ポトフ風	米飯 みそ汁 (もやし) 小松菜の煮浸し ヨーグルト	薄皮ミニ (クリーム) 牛乳 ポークビーンズ	米飯 みそ汁 (大根) 絹揚げと小松菜の煮物 ヨーグルト	チョコチップスナックパン 牛乳 パンブキンサラダ (朝食用)	おじや (生姜) 味噌汁 (さつまいも) ほうれん草サラダ
昼食	麦ご飯 たぶらそば カニかまのサラダ バナナ (1/2)	米飯 魚の南蛮漬 さきみと大根おろしのごま和 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) フルーツ (もも缶)	米飯 鮭のチャンチャン焼き ブロッコリーのサラダ みそ汁 (豆腐と小松菜) バナナ (1/2)	ゆかりごはん おろしぶつかけうどん 含め煮 チキンサラダ	米飯 ゴーヤチャンブル エビと胡瓜の酢のもの みそ汁 (キャベツ) たくあん漬	親子丼 揚げだし豆腐のおろし煮 みそ汁 (かぼちゃ) フルーツ (もも缶)	米飯 魚の塩焼き チキンサラダ みそ汁 (じゃがいも) フルーツ (パイナップル)
昼間食	抹茶蒸しパン	バナナカステラ	レモンケーキ	バームクーヘン	とけないアイス風デザート	ミニどら焼き	マンゴープリン
夕食	米飯 豚肉しょうが焼き きゅうりとｼﾗｽの酢の物 みそ汁 (豆腐と麩)	木の葉丼 春菊のごまあえ すまし汁 (豆腐) フルーツ (キウイ)	ハヤシライス ほうれん草のごま味噌あえ 福神漬 コンソメスープ	米飯 すき焼き風煮 おろし大根と小松菜 漬物 (きゅうり漬)	ひじきご飯 枝豆とえびの卵焼き オーロラサラダ フルーツ (リンゴ)	米飯 さわらの味噌焼き ごま豆腐 鶏レバーの味噌煮 けんちん汁	米飯 揚げ豆腐そぼろあん にがうりの味噌炒め 五色和え フルーツ (みかん缶)
朝食	米飯 (米70) みそ汁 (豆腐と麩) 煮浸し ジョア (マスカット)	薄皮ミニ (白あん) 牛乳 チンゲン菜のソテー	米飯 みそ汁 (玉葱) ｷﾞﾊﾞｸとまぐろﾌﾙｰﾌﾞの和え物 ヨーグルト	薄皮ミニ (あんパン) 牛乳 チンゲン菜の油炒め	米飯 みそ汁 (玉葱) 玉葱とソーセージのソテー ジョア (プレーン)	スナックパン (さつまいも) 牛乳 大豆サラダ	おじや (鮭フレーク) 味噌汁 (さつまいも) 絹揚げと小松菜の煮物 ジョア (ブルーベリー)
昼食	米飯 (米70) メンチカツ しらあえ みそ汁 (じゃがいも) なすの浅漬け	米飯 豚肉さっぱり梅煮 キャベツのサラダ 根菜の汁 (具だくさん味噌汁) バナナ (1/2)	米飯 魚の味噌煮 オクラとえびのしょうが酢 みそ汁 (なめこ) フルーツ (キウイ)	米飯 茄子麻婆豆腐 ほうれん草のナムル 卵スープ フルーツ (あまなつ缶)	夏野菜カレー キャベツのごま酢和え 福神漬 フルーツ (パイナップル)	米飯 チキン南蛮 春菊のごまあえ コンソープ たくあん漬	米飯 蒸し魚のタルタルソース 和風サラダ コンソメスープ バナナ (1/2)
昼間食	たこ焼き (冷凍)	やわらかおかし	コロコロあんドーナツ	りんごゼリー	わらび餅	雪の宿	バームロール
夕食	米飯 変わり肉じゃが ツナの酢の物 みそ汁 (豆腐となめこ)	米飯 オムレツ ゴマ酢和え (切り干し) コンソメスープ きゅうりの浅漬け	若菜ごはん 冷やし中華 餃子 フルーツ (みかん缶)	三色丼 ブロッコリーのサラダ けんちん汁	米飯 親子煮 春菊としめじの和えもの すまし汁 (えのき)	生姜ごはん 魚のムニエル ツナの酢の物 みそ汁 (もやし)	米飯 和風ハンバーグ 五色和え みそ汁 (茄子) フルーツ (もも缶)
朝食	米飯 味噌汁 (絹こし豆腐) ポークビーンズ	チョコチップスナックパン 牛乳 大豆サラダ	米飯 みそ汁 (豆腐と麩) オムレツ (朝食用) ヨーグルト	薄皮ミニ (クリーム) 牛乳 ブロッコリーとトマト	米飯 みそ汁 (玉葱) 小松菜の煮浸し ヨーグルト	スティックパン (プレーン) 牛乳 サツマイモサラダ (朝食用)	おじや (ｶｰﾙｰｸ) みそ汁 (じゃがいも) 小松菜の煮浸し ヤクルト
昼食	米飯 かぼちゃコロッケ チキンサラダ みそ汁 (玉葱) 茄子の漬物	米飯 焼き魚 大根ともずくの酢の物 鶏レバーの味噌煮 みそ汁 (玉葱)	うなぎ丼 夏野菜の煮浸し すまし汁 (えのき) フルーツ (パイナップル)	米飯 魚の味噌漬焼き しらあえ みそ汁 (豆腐と小松菜) バナナ (1/2)	巻き寿司 (芯) 含め煮 あさりのすまし汁 フルーツ (もも缶)	米飯 ミートローフ チキンサラダ コンソメスープ つば漬	米飯 鮭のおろし煮 里芋のごま味噌和え みそ汁 (豆腐と小松菜) バナナ (1/2)
昼間食	栗入り饅頭	季節の和菓子 (花あじさい)	小豆蒸しパン	ブルーチェ	アイス大福	ビスコ	ベビーシュークリーム
夕食	米飯 厚揚げのあんかけ ほうれん草のごま味噌あえ 豚汁 しば漬	米飯 豚肉の中華風煮込み ブロッコリーのサラダ 金時豆の甘煮 たくあん漬	米飯 鶏のマスタード焼き ひじきのサラダ フルーツ (もも缶)	米飯 ゴーヤチャンブル 揚げ茄子の出し醤油かけ 酢そうめん	米飯 鶏つくねの照り煮 フレンチサラダ かきたま汁 フルーツ (パイナップル)	生姜ごはん 魚の煮付け 春菊のごまあえ みそ汁 (キャベツ)	米飯 豚肉さっぱり梅煮 カニかまのサラダ 卵スープ のりたまごふりかけ
朝食	米飯 (米70) 味噌汁 (しめじ) キャベツのソテー ジョア (ストロベリー)	薄皮ミニ (チョコ) 牛乳 玉葱とベーコンのソテー	米飯 みそ汁 (青菜) ｷﾞﾊﾞｸとまぐろﾌﾙｰﾌﾞの和え物 ヨーグルト				
昼食	若菜ごはん 味噌ラーメン 餃子 和風サラダ フルーツ (みかん缶)	米飯 ゴーヤチャンブル 和え物 みそ汁 (なめこ) フルーツ (パイナップル)	米飯 魚の煮付け 春雨サラダ みそ汁 (かぼちゃと油揚げ) フルーツ (キウイ)				
昼間食	ソフトクレープ	和のパンケーキ (きなこ＆黒)	ほうじ茶プリン				
夕食	米飯 魚の生姜煮 中華サラダ みそ汁 (もやし) たかな漬	米飯 筑前煮 きゅうりとｼﾗｽの酢の物 みそ汁 (豆腐と麩)	木の葉丼 マカロニサラダ みそ汁 (豆腐と小松菜) フルーツ (みかん缶)				