

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年7月【常食】

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)		
朝食		米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご 春菊 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素 梅びしお 梅(びしお)	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム きのこベーコンのソテー きのこミックス ベーコン 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	菓子パン(メロンパン) メロンパン フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド 小松菜とウインナーのソテー こまつな ポークウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド 大根のスープ煮 大根 にんじん ベーコン コンソメ 食塩 こしょう パセリ フルーツジュース フルーツジュース		
	昼食		おにぎり(おかか) 米 混ぜ込みわかめ おかか 冷やしぼっかけトロロうどん うどん 牛すじぼっかけ 長芋トロロ かに風味かまぼこ きゅうり きざみのり めんつゆ はんぺんのピザ風焼き はんぺん 食塩 こしょう ピザソース シュレッドチーズ ベーコン パセリ サラダな すいかゼリー すいかのゼリー	米飯 米 豚肉と揚げナスのおろし和え 豚ももスライス 揚げナス にんじん 大根おろし 味ぽん サラダな 添え物(ホワイトアスパラ・さつま芋) ホワイトアスパラ 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつま芋 カレー粉 オムレツミートソースかけ オムレツ ミートソース エダムパウダーチーズ セロリのスープ セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 鮭のピリ辛和風香りやき 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ コチュジャン きざみのり 糸かつお 食塩不使用バター 添え物(しろなごまあえ) しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん マカロニのクリーム煮 マカロニ むきえび プロッコリー にんじん 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 みそ汁(じゃがいも・あげ) じゃがいも きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 八幡巻き 牛かたローススライス にんじん じゃがいも いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん サラダな 添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド トマケチャップ チリソース 錦和え ほうれんそう はくさい 錦糸卵 にんじん うすくちしょうゆ みりん みそ汁(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素	米飯 米 小柱のむし卵 鶏卵 小柱 にんじん たけのこ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 添え物(ふき・お魚豆腐) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 お魚豆腐 カレー風きんぴら ささがきごぼう にんじん むきえび 上白糖 カレー粉 サラダ油 みそ汁(しろな・えのき) しろな えのき みそ だしの素	
		夕食		米飯 米 肉団子の旨煮 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 中華風酢の物 チンゲンサイ にんじん ささ身 りよくとうもやし 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 トウバンジャン みそ汁(ワカメ・えのき) わかめ えのき みそ だしの素	米飯 米 魚のマヨバイ焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれんそう にんじん マヨネーズ 添え物(いんげんかか和え) いんげん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 五目コンソメ煮(白菜・鶏肉) はくさい つきこんやく にんじん 鶏もも肉 きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ こしょう みそ汁(厚揚げ・ほうれん草) 絹厚揚げ ほうれんそう みそ だしの素	米飯 米 ささみの梅しそフライ ささ身 梅干し 大葉 上白糖 薄力粉 粒マスタード こいくちしょうゆ 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダな トマケチャップ トンカツソース 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ フレンチドレッシング トマト 胡瓜とカニカマの和え物 きゅうり にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ みりん すまし汁(ごぼう・生ふ) ささがきごぼう 生ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚のハニーマスタードかば焼 なまず 薄力粉 はくさい 粒マスタード こいくちしょうゆ 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター なすとピーマンのみそ炒め なす 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏ひき肉 上白糖 みそ こいくちしょうゆ サラダ油 すまし汁(しめじ・とろろごぶ) しめじ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚肉の塩だれ炒め 豚ももスライス 豚ばらスライス はくさい りよくとうもやし チンゲンサイ にんじん 塩だれ サニーレタス 餃子 餃子 春菊 味ぽん ほろさめスープ 緑豆ほろさめ にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年7月【常食】

	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ホットケーキ(チョコソース) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム チョコソース オレジン 白糖缶詰	米飯 煮付け さといも にんじん しいたけ たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	煮パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜のポトフ風 キャベツ にんじん たまねぎ ベーコン コンソメ 食塩 こしょう	煮パン(カフェオレクリームパン) カフェオレクリームパン ブルーツ(りんご・ひお密) りんご ひお密 牛乳	煮パン(バター) 食パン バターブレンド きのこ豆腐インナーのソテー きのこミックス ポークウインナー 食塩 こしょう バターブレンド バター こいくちしょうゆ ブルーツジュース ブルーツジュース	煮パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム いんげんのソテー いんげん ローズハム 竹輪 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 牛乳	煮パン(ワインナーデニッシュ) あらびきウインナーデニッシュ チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ いんげん ローズハム にんじん コンソメ たまねぎ こしょう うすくちしょうゆ オレンジジュース オレンジジュース
	フレンチオムレツ フロセステーズ 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	みそ汁(なす・あげ) なす きざみ揚げ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくし煮	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト				
	米飯 米 キムチバーグ 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 牛乳 パン粉 はくさいキムチ トマトケチャップ トンカツソース 添え物(アスパラ・粉ふき芋) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう	手作り飯らし寿司 ☆七夕☆ 米 上白糖 穀物酢 食塩 香野豆腐 たけのこ にんじん だし 上白糖 うすくちしょうゆ みりん 錦糸卵 きざみゆり きぬぎや 寿司エビ あなご 紅しょうが	米飯 米 カレーオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん ツナ缶詰 シュレッドチーズ カレー粉 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(ブロッコリーソテー) なす ブロッコリー 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油	米飯 鶏もも肉 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ 赤ピーマン きゅうり 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト 白菜のレモンしょうゆ和え はくさい にんじん みつば レモン うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 鶏のみそ菜焼き 鯖 みそ 上白糖 酒 のぎわな漬け 酒 みりん 添え物(チンゲン菜ごまあえ) チンゲンサイ ごま こいくちしょうゆ みりん 筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにやく しいたけ きぬぎや 上白糖 ごま油 こいくちしょうゆ みりん だし すまし汁(オクラ・ほうろく) 茶そば お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 枝豆ごはん もち米 むぎ枝豆 食塩 酒 手まりむし 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 食塩 こいくちしょうゆ おろししょうが 錦糸卵 サラダな 焼きナスのカニカマあんかけ 焼きナス かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 みりん 添え物(ほうろく・豆腐) 絹ごし豆腐 春菊 赤みそ だしの素	米飯 米 白身魚のピリ辛唐揚げ焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 トウモロコシ 白ねぎ 添え物(オクラごまあえ) オクラ ごま こいくちしょうゆ みりん 和風パスタ(ベーコン醤油味) スパゲティ ベーコン たまねぎ ほうろく 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター きざみゆり みそ汁(菜の花・ふ) 菜の花 ふ みそ だしの素
昼食	ほうろく草の栗和え ほうろく にんじん きゅうり 鶏卵 こいくちしょうゆ みりん オクラ エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	七草豆腐 豆腐 上白糖 錦糸卵 かに風味かまぼこ 干しいたけ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 めんつゆ 七草菓子 願いの星	七草炒め(なす) なす 合挽ミンチ グリーンピース 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが サラダ油 中華スープ(しろな・コーン) しろな コーン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	すまし汁(オクラ・ほうろく) オクラ ほうろく 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素			
	コンソメスープ(エリンギ) オクラ エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	七草あんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 グリーンピース					
	米飯 米 白身魚の甘酢あんかけ メバル 食塩 たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン にら 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ かたくり粉	米飯 米 肉豆腐(豚) 木綿豆腐 豚ももスライス きざみごぼう 春菊 にんじん マロニー 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のオイスターソース煮 しめじ オイスターソース 上白糖 こいくちしょうゆ トウモロコシ だしの素 ごま 白ねぎ かんもどき 木の葉南瓜 生ふ ふき 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし 酢の物(ワサバ) ワサバ きゅうり にんじん 焼き豚 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 すまし汁(ほうろく・草・ふ) ほうろく 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ほっかけ餅弁 米 鶏卵 牛すじほっかけ ほうろく にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ きざみゆり ふるふき天根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ 上白糖 かぼちゃ 食塩 わさび和え(もやし) りょうとうもやし にんじん みりん かに風味かまぼこ かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん ズッキーニ コンソメ 赤だし汁(なめこ) わかめ ねぎ 赤みそ だしの素	米飯 米 豚のはちみつケチャップ焼き 豚ロース肉 薄力粉 トマトケチャップ はちみつ 粗マスタード マヨネーズ 梅干し エダマシパウダーチーズ 添え物(ほうろく・豆腐) ほうろく にんじん 米かつお こいくちしょうゆ みりん 春雨とイカの炒め物 緑豆はるさめ みかん たまねぎ にら にんじん おろししょうが おろしにんにく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鶏の栗焼 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ 梅干し 酒 みりん 添え物(ズッキーニ・お豆腐) ズッキーニ みかん こしょう 食塩不使用バター 食塩豆腐 長芋の短冊和え ながいも 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ あおのり すまし汁(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	
夕食	添え物(カリフラワーピーナツ和え) カリフラワー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん 手作りスパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり ローズハム 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	七草菓子 七草の夜 すまし汁(えのき・菜の花) えのき 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だし 緑豆はるさめ みりん だしの素					

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年7月【常食】

	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
期食	米飯 米 小松菜とシーチキンの煮物 こまつな にんじん ツナ缶詰 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	食パン(バター) 食パン バターブレンド しるなかまほこの塩だれ炒め 黄ピーマン かまぼこ にんじん 塩だれ ごま油	菓子パン(ピーフコロッケパン) ピーフコロッケパン ブルーツ(キウイ・パイナップル) キウイフルーツ パイナップル コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド カリフラワーのコンソメ煮 カリフラワー スナックエンドウ にんじん ロースハム コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード チンゲン菜とハムコーンのソテー チンゲンサイ ロースハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ ホワイトアスパラシーチキン炒め ホワイトアスパラ ホウтоウモやし にんじん にんじん こいくちしょうゆ ごま油 フルーツジュース フルーツジュース	食パン(バター) 食パン バターブレンド 白菜スープ煮 はくさい にんじん はんぺん コンソメ こしょう パセリ 牛乳 牛乳
	みそ汁(なす・ふ) なす ふ みそ だしの素 梅びしお	牛乳 牛乳		飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	牛乳 牛乳		牛乳 牛乳
	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 冷やし天ざるうどん うどん エビ 食塩 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ きゅうり きざみのり めんつゆ	米飯 米 魚の梅照り焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ 梅干し みりん かたくり粉 添え物(いんげんごま和え) いんげん ごま こいくちしょうゆ みりん 里芋のそぼろ煮 さといも 合挽ミンチ サラダ油 白ねぎ 白ねぎ だしの素 みりん グリーンピース かたくり粉 みそ汁(ごぼう・ふ) ごぼう ふ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の韓国風生薬焼き 豚ももスライス おろししょうが 酒 たまねぎ にんじん コチュジャン 上白糖 みりん サラダ油 添え物(スナックエンドウ) スナックエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにやく いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん みそ汁(チンゲン菜・お花の豆腐) チンゲンサイ お花のとうふ みそ だしの素	米飯 米 白身魚の肉みそ焼き なまず 酒 おろししょうが 赤みそ 絞ひき肉 上白糖 みりん 添え物(チンゲン菜辛し和え) チンゲンサイ からし こいくちしょうゆ みりん じゃがいもとウインナーのソテー じゃがいも ポークウインナー 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ こいくちしょうゆ パセリ すまし汁(そらめん) そらめん きざみ揚げ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	☆台湾☆ ルーローファン風 豚ばらスライス 豚ももスライス 酒 おろししょうが ごま油 たまねぎ 薄力粉 上白糖 みりん 上白糖 こいくちしょうゆ オイスターソース ガラスープ 鶏卵 ほうれんそう こいくちしょうゆ みりん ごま油 まさご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん フルーツ(スイカ) すいか ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 鶏のカレー南蛮漬け 鶏もも肉 酒 かたくり粉 白絞油 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ カレー粉 サラダ油 添え物(キャベツソーテートマト) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう みりん チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 みりん みそ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 魚の梅みそ焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 白みそ 上白糖 梅干し きぬさや 添え物(アスパラごまあえ) グリーンアスパラガス ごま こいくちしょうゆ みりん もやしとさきみのサラダ りよくとうもやし きゅうり にんじん さき身 塩コショウ すまし汁(えのき・どろろ昆布) えのき どろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム
お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	お好み焼焼き 鶏ひき肉 ほうれんそう キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり かつお粉 紅しょうが	
添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(もやし・赤ピーマン) りよくとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	
ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	
みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	みそ汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん みそ だしの素	

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和2年 7月 [常食]

	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)	
朝食	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム	菓子パン(チーズ火腿ロール) チーズ火腿ロール	食パン(バター) 食パン バターブレンド	米飯 米	ホットケーキ(ストロベリーソース) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム ストロベリーソース オレンジ 洋なし缶詰	食パン(バター) 食パン バターブレンド	食パン(バター) 食パン バターブレンド	
	スクランブルエッグ 鶏卵 牛乳 コンソメ トマトケチャップ サニーレタス	フルーツ(白桃缶・びわ缶) 白桃缶詰 びわ缶詰	きのこ卵のソテー きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ	だし巻き卵 だし巻きたまご こまつな こいくちしょうゆ みりん	みぞ汁(白菜) はくさい きざみ揚げ みそ だしの素	ヨーグルト ヨーグルト	しろなとベーコンのソテー しろな ベーコン たまねぎ サラダ油 ガラスープ こいくちしょうゆ	野菜の塩だれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン 竹輪 サラダ油 塩たれ
	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	牛乳 牛乳	フルーツジュース フルーツジュース	のり佃煮 のりのつくだ煮	紅茶(ストレート) 紅茶 グラニュー糖	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	
昼食	米飯 米	うなぎ散らし寿司 ☆主用の丑☆ 米 うなぎかば焼き 鶏卵 かいわれだいこん きゅうり にんじん りょくとうもやし 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダな	米飯 米	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン	米飯 米	米飯 米	米飯 米
	豚肉の中華マリネ風 豚ももスライス きゅうり にんじん りょくとうもやし 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダな		ナスのはさみ揚げ なす 合挽ミンチ 大葉 鶏卵 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダな	冷やし牛おろしそば 和そば 牛かたローススライス 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 大根おろし	マカロニグラタン マカロニ 鶏もも肉 たまねぎ 上白糖 にんじん マッシュルーム水煮缶詰 食塩 こしょう サラダ油 ブロccoliリー 薄力粉 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パン粉 エダムパウダーチーズ	添え物(マッシュ南瓜) かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖	白身魚のチーズピカタ たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 エダムパウダーチーズ 鶏卵	ロールポーク焼肉風薫 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん だしの素 焼肉のたれ 上白糖 こいくちしょうゆ
	添え物(ズッキーニ) ズッキーニ 食塩 こしょう カレー粉 オリーブ油 カリフラワー ノンオイル和風ドレッシング	エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 むきえび みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉	天つゆ めんつゆ 大根おろし	冷やし牛おろしそば 和そば 牛かたローススライス 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 大根おろし かまぼこ きざみのり めんつゆ	イカと大根のサラダ イカ 大根 きゅうり 赤ピーマン ノンオイル青じそドレッシング	レンコンの炒め物 レンコン 豚ももスライス にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 七味	添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 上白糖	添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 上白糖
	ミートソーススパゲティ スパゲティ 食塩不使用バター ミートソース エダムパウダーチーズ	フルーツ(スイカ) すいか	酢の物(ワカメ) きゅうり わかめ しらす 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	ブロccoliリーの洋風ごま和え ブロccoliリー にんじん ささ身 食塩 こしょう 焙煎ごまドレッシング	ピリ辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん むきえび 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油	セロリとオクラのスープ セロリ オクラ にんじん シャンタン うすくちしょうゆ	五目春雨(ムキエビ) 緑豆はるさめ むきえび たまねぎ にんじん にら 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油	みぞ汁(豆腐・ごぼう) 豆腐 ささがきごぼう ねぎ みそ だしの素
	コーンスープ クリームコーン たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	すまし汁(そうめん・生ふ) そうめん きざみ揚げ 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	みぞ汁(春菊・ふ) 春菊 まきふ みそ だしの素	ブロccoliリーの洋風ごま和え ブロccoliリー にんじん ささ身 食塩 こしょう 焙煎ごまドレッシング	りんごジュース りんごジュース			
夕食	米飯 米	米飯 米	米飯 米	米飯 米	米飯 米	肉みそ丼 米 豚ひき肉 にんじん たけのこ おろししょうゆ 白ねぎ 赤みそ 上白糖 ガラスープ コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 きゅうり	米飯 米	
	白身魚のカレーポテト焼き ホキ 食塩 じゃがいも カレー粉 食塩 こしょう マヨネーズ	牛肉と水菜の和風焼き 牛かたローススライス みずな にんじん 黄ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 サラダな	魚の西京チーズ焼き 鯖 白みそ みそ 上白糖 エダムパウダーチーズ	マーボー豆腐 絹ごし豆腐 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうゆ おろしにんにく トウバンジャン ごま油 にんじん 上白糖 赤みそ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリンピース	魚の土佐漬け 鯿 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ	魚の土佐漬け 鯿 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ	鮭のムニエル 鮭 食塩 こしょう 薄力粉 食塩不使用バター レモン	米飯 米
	添え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	添え物(なす・芋) なす 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ	添え物(ほうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん	カニシューマイ カニシューマイ サラダな	添え物(もやしソテー) りょくとうもやし にんじん 食塩 こしょう オリーブ油	添え物(もやしソテー) りょくとうもやし にんじん 食塩 こしょう オリーブ油	添え物(スナップエンドウ) スナップエンドウ 黄ピーマン 食塩 こしょう 食塩不使用バター	米飯 米
	のりかか和え ほうれんそう ツナ缶詰 にんじん きざみのり 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	ごぼうサラダ ささがきごぼう にんじん きゅうり たらこ 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ	いり豆腐(豚肉) 木綿豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 サラダ油	きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	五目煮(小松菜) こまつな しめじ にんじん きざみ揚げ かに風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	みぞ汁(ぎつまいも・貝割れ) ぎつまいも かいわれだいこん みそ だしの素	みぞ汁(小松菜・お花の豆腐) こまつな お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	エビのクリーム煮 なす むきえび グリーンアスパラガス にんじん たまねぎ 上白糖 こしょう サラダ油 クリーム・シューの素 牛乳

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年7月【常食】

	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)		
朝食	菓子パン(バーム) バームパン フルーツ(キウイ・黄桃缶) キウイフルーツ 黄桃缶詰	食パン(バター) 食パン バターブレンド	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム	菓子パン(マロン) マロンパン	米飯 米		
	牛乳 牛乳	いんげんのソテー いんげん 竹輪 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油	野菜の焼肉のたれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン ローソクハム サラダ油 食塩 こしょう コンソメ	じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ ローソクハム グリーンピース サラダ油 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ	ほうれん草とかまぼこの煮びたし ほうれん草 かまぼこ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素		
	フルーツジュース フルーツジュース	フルーツジュース フルーツジュース	牛肉のたれ 焼肉のたれ	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) たまねぎ じゃがいも みそ だしの素		
昼食	米飯 米	米飯 米	米飯 米	餅ご飯 米 餅	米飯 米		
	魚の生蒸煮 カレイ おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん 酒 なかがいも ふき お花のとうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	牛肉と大根の和風焼き 牛かたローススライス 大根 にんじん フロッコリー 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダな	魚のマヨキムチ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ はくさいキムチ マヨネーズ 上白糖 エダム/バウダーチーズ 味ほん	冷しゃぶ(牛) 牛かたローススライス レタス 赤ピーマン 味ほん	みそカツ 豚ももスライス 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 赤みそ 上白糖 みりん サラダな		
	ほうれん草のかりかり和え ほうれん草 にんじん ベーコン こいくちしょうゆ みりん	添え物(菜の花・かつお) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ みりん さつまいも	添え物(アスパラかか和え) グリーンアスパラガス 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	だし巻き卵なめ置かけ 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 なめ置	添え物(キャベツ・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト	土佐和え(なす) なす しらす 糸かつお うすくちしょうゆ みりん	
みそ汁(厚揚げ) 厚揚げ はんぺん みそ だしの素	みそ汁(ちやし・さつま揚げ) ちやし さつま揚げ ねぎ みそ だしの素	なすのソテー(ツナ) なす ツナ缶詰 おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリーンピース サラダ油	赤だし汁(まきふ・ワカメ) まきふ わかめ みつば 赤みそ だしの素	すまし汁(エリンギ) エリンギ 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素			
夕食	米飯 米	米飯 米	おにぎり(しば漬け) 米 しば漬け	米飯 米	米飯 米		
	鶏のから揚げサラダ 鶏もも肉 酒 おろししょうが 鶏卵 薄力粉 白絞油 きゅうり にんじん たまねぎ ノンオイル和風ドレッシング サラダな	魚のごまみそ焼き 鱈 みそ 上白糖 ごま 酒 みりん	冷やし梅おろしうどん うどん 大根おろし かまぼこ 錦糸卵 きゅうり 梅干し めんつゆ	鶏肉と厚揚げの煮つけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが 絹厚揚げ 大根 にんじん きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	八宝菜 豚ばらスライス むきえび イカ たまねぎ はくさい にんじん しいたけ かまぼこ きぬさや シヤンタン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉		
	添え物(オクラ・かぼちゃ) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 さんしょう粉	添え物(小松菜・カニカマ) こまつな かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ みりん	かき揚げ たまねぎ むきえび にんじん みつば 薄力粉 鶏卵 白絞油 こいくちしょうゆ	わさび和え(しろな) しろな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん	フルーツ(メロン) メロン		
切り干し大根煮物 切り干しだいこん にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	乱切りごぼうとエビ団子の煮付け 乱切りごぼう 海老ボール こんにやく グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	かぼちゃのコーン煮 かぼちゃ コーン 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	すまし汁(ちやそば) 茶そば きざみ揚げ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	もやしスープ りょくとうもやし ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ			
すまし汁(菜の花・人参) 菜の花 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	かきたま汁 鶏卵 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉						

※都合により献立を変更することがあります