

〇〇献立一覧表〇〇

令和3年7月【常食】

			1(木)	2(金)	3(土)	4(日)	
朝食			米飯 米 チンゲン菜とかまぼこの煮びたし チンゲンサイ 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 みそ汁(里芋・ふ) さといも まきふ みそ だしの素 のり細煮 のりのつくだ煮	米飯(マーマレードジャム) 食パン マーマレード 小松菜とハムコーンのソテー こまつな 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 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのことベーコンのソテー 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 コービー牛乳 コービー牛乳	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン フルーツ(洋なし缶・びわ缶) 洋なし缶詰 びわ缶詰 牛乳 牛乳	
	昼食			菓子パン(ジャーマンベーコンポテトパン) ジャーマンベーコンポテトパン カレー風味グラタン マカロニ 鶏もも肉 たまねぎ エビ にんじん マッシュルーム水煮 食塩 こしょう カレー粉 サラダ油 プロックロー 薄力粉 食塩不使用バター 普通牛乳 食塩 コンソメ パン粉 エダムパウダーチーズ イカともやしサラダ イカ りよとともやし きゅうり ノンオイル普じそドレッシング りんごジュース りんごジュース	米飯 米 鶏の梅雨り焼き 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(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 五目煮(白菜・カニカマ) はくさい つきこんにゃく にんじん かに風味かまぼこ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(かぼちゃ・ベーコン) かぼちゃ ベーコン ねぎ みそ だしの素	冷麺 中華麺 きゅうり 錦糸卵 ロースハム トマト 紅しょうが 冷やし中華のたれ 天焼売 大焼売 味噌 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 牛乳 牛乳 粉寒天 ストロベリーソース	米飯 米 白身魚のソース焼き なます 錦糸卵 食塩 こしょう トマト トンカツソース 粗マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ 添え物(プロックロー・ソーテー) プロックロー 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 春雨サラダ 緑豆はるさめ にんじん きゅうり ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ きのこソース しめじ しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ
夕食				米飯 米 鮭の南蛮焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 果ごま 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 じゃがいもの甘辛炒め(豚) じゃがいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(エリンギ・ハンペン) エリンギ はんぺん みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	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 サラダ油 添え物(アスパラ・トマト) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 トマト たらこあんかけ(大根) 大根 うすくちしょうゆ だしの素 たらこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ 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 魚のごまネーズ焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ ごま 添え物(オクラソース) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター 里芋とイカの煮物 さといも イカ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 グリンドーズ みそ汁(しろな) しろな ふ みそ だしの素	米飯 米 しめつねバーグ 鶏ひき肉 たまねぎ 大葉 パン粉 鶏卵 牛乳 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(いんげん・南瓜) いんげん 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ 食塩 わさび和え(白菜) はくさい 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん すまし汁(ほうれん草・人参) ほうれん草 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ 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3年7月【常食】

	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
朝食	<b>食パン(いちごシヤム)</b> 食パン いちごジャム <b>アスパラのシーチキン炒め</b> グリーンアスパラガス ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 <b>牛乳</b> 牛乳	<b>食パン(バター)</b> 食パン バターブレンド <b>しろなのコンソメスープ煮</b> しろな ロースハム にんじん コンソメ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ <b>牛乳</b> 牛乳	<b>菓子パン(メロンパン)</b> メロンパン <b>きのこのワンナーのソテー</b> きのこミックス ポークウィンナー しるな 食塩 こいくちしょうゆ バターブレンド こいくちしょうゆ <b>コーヒー牛乳</b> コーヒー牛乳	<b>食パン(バター)</b> 食パン バターブレンド <b>大根のスープ煮</b> 大根 にんじん ペーコン コンソメ 食塩 こいくちしょうゆ パセリ <b>牛乳</b> 牛乳	<b>ホットケーキ(メープルシロップ)</b> 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 メープルシロップ オレンジ 洋なし缶詰 <b>プロセスチーズ</b> プロセスチーズ <b>紅茶(ミルク)</b> 紅茶 牛乳 グラニュー糖	<b>米飯</b> 米 <b>だし巻き卵</b> だし巻きたまご 春巻 こいくちしょうゆ みりん <b>みそ汁(玉ねぎ)</b> たまねぎ きざみ揚げ みそ だしの素 <b>のり佃煮</b> のりのつくだ煮	<b>食パン(バター)</b> 食パン バターブレンド <b>野菜の焼肉のたれ炒め</b> キャベツ にんじん たまねぎ フロッコリー ロースハム サラダ油 食塩 こいくちしょうゆ 焼肉のたれ <b>牛乳</b> 牛乳
	<b>米飯</b> 米 <b>豚肉の中巻マリネ風</b> 豚ももスライス きゅうり にんじん りよくとうもろやし 鶏胸肉 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油 <b>添え物(ズッキーニ・長芋)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こいくちしょうゆ オリーブ油 ながいも 食塩 こいくちしょうゆ <b>ミートソーススパゲティ</b> 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 <b>コンソメスープ(ワカメ)</b> わかめ えのき コンソメ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	<b>米飯</b> 米 <b>カレーオムレツ</b> 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 トマトチャップ トンカツソース <b>添え物(カリフラワー・ベーコン)</b> カリフラワー ベーコン 糸かつお うすくちしょうゆ みりん <b>甘辛炒め(チンゲン菜)</b> チンゲンサイ にんじん イカ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 <b>セロリのスープ</b> セロリ コーン コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	<b>手作り散らし寿司 ☆七夕☆</b> 上白糖 鶏胸肉 食塩 高野豆腐 たけのこ にんじん だし 上白糖 サラダ油 うすくちしょうゆ みりん 鶏糸卵 きざみゆり ペーコン 糸かつお あなご 紅しょうゆ <b>七夕そうめん</b> そうめん にんじん ツナ缶詰 きゅうり 鶏糸卵 かに風味かまぼこ 乾しいたけ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 めんつゆ <b>そぼろあんかけ(冬瓜)</b> 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 グリンピース <b>七夕菓子</b> 願いの星	<b>米飯</b> 米 <b>ささみの梅しそ天ぷら</b> ささ身 梅干し 大葉 上白糖 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 こいくちしょうゆ <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト <b>もやしとツナの王匠和え</b> りよくとうもろやし きゅうり にんじん ツナ缶詰 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ごま油 <b>みそ汁(かぼちゃ・ふ)</b> かぼちゃ まきふ ねぎ みつば 赤みそ だしの素	<b>夜豆ごはん</b> もち米 むき枝豆 食塩 酒 <b>手まりむし</b> 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 鶏糸卵 サラダ油 <b>ひじきの五目煮</b> 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 <b>赤だし汁(あさり)</b> あさりむき身 まきふ みつば 赤みそ だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>豚肉と揚げナスのおろし和え</b> 豚ももスライス 揚げナス にんじん 大根おろし 味ぽん サラダ油 <b>添え物(アスパラ・マッシュ南瓜)</b> グリーンアスパラガス 食塩 こいくちしょうゆ オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル <b>いり豆腐(ムキエド)</b> 小綿豆腐 エビ 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 <b>すまし汁(小松菜・ふ)</b> こまつな 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>豚肉と揚げナスのおろし和え</b> 豚ももスライス 揚げナス にんじん 大根おろし 味ぽん サラダ油 <b>添え物(アスパラ・マッシュ南瓜)</b> グリーンアスパラガス 食塩 こいくちしょうゆ オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル <b>いり豆腐(ムキエド)</b> 小綿豆腐 エビ 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 <b>すまし汁(小松菜・ふ)</b> こまつな 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
夕食	<b>天丼</b> 米 エビ なす かぼちゃ レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 <b>三色チマス</b> 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 <b>フルーツ(メロン)</b> メロン <b>すまし汁(小松菜・お花の豆腐)</b> 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	<b>米飯</b> 米 <b>白身魚の肉もろ煮</b> カラスカレイ 酒 おろししょうが レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ みりん <b>添え物(スナックエンドウ)</b> スナックエンドウ サラダ油 赤ピーマン 食塩 こいくちしょうゆ <b>豆腐ステーキ</b> 絹ごし豆腐 サラダ油 薄力粉 上白糖 上白糖 こいくちしょうゆ みりん <b>すまし汁(あさり)</b> あさりむき身 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	<b>米飯</b> 米 <b>牛肉の韓国焼き</b> 牛かたローススライス たまねぎ 赤ピーマン いんげん 上白糖 きぬきや しめじ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 <b>添え物(ホワイトアスパラ・グラッセ)</b> ホワイトアスパラ ホワイイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 上白糖 食塩不使用バター <b>ごま和え(ほうれん草)</b> ほうれん草 みつば にんじん かまぼこ こまつな こいくちしょうゆ みりん <b>みそ汁(ワカメ・えのき)</b> わかめ えのき みそ だしの素 <b>七夕菓子</b> 七夕の夜	<b>米飯</b> 米 <b>白身魚の野菜あんかけ</b> 赤魚 食塩 たまねぎ にんじん きぬきや しめじ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 <b>添え物(フロッコリー)</b> フロッコリー 食塩 <b>竹輪とこんにやくの煮物</b> 竹輪 こんにやく にんじん グリンピース 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 <b>すまし汁(そうめん)</b> そうめん きざみ揚げ みつば だしの素 うすくちしょうゆ みりん	<b>米飯</b> 米 <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 絹厚揚げ エビ イカ 黄ピーマン 菜の花 みそ 上白糖 こいくちしょうゆ <b>オクラと長いもの梅和え</b> オクラ ながいも 梅干し 食塩 上白糖 みりん こいくちしょうゆ <b>すまし汁(ごぼう)</b> さきかきごぼう にんじん 上白糖 きぬきや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>魚のすりかば焼き</b> 糖 薄力粉 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん チリソース かたくり粉 <b>添え物(しろなごまあえ)</b> しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん <b>五目煮(白菜・さつま揚げ)</b> はくさい つきこんにやく にんじん さつま揚げ きぬきや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>みそ汁(もやし・ワカメ)</b> りよくとうもろやし わかめ みそ だしの素	<b>おにぎり(粟飯)</b> 米 粟飯の素 <b>冷やしきつねうどん</b> うどん 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 鶏糸卵 きゅうり きざみゆり めんつゆ <b>レンコンとエビ団子の煮付け</b> レンコン 海老ボール こんにやく グリンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>コンポート</b> りんご 上白糖 ミントの葉

※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3年 7月 [ 湘 倉 ]

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
朝 食	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなのガーリックソテー しろな にんじん ペーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 サラダ フルーツジュース フルーツジュース	菓子パン(ブルコギマヨパン) ブルコギマヨパン じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ 竹輪 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 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド 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 ローズハム サラダ油 塩だれ りんごジュース りんごジュース	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム かぼちゃサラダ かぼちゃサラダ サニーレタス コービー牛乳 コービー牛乳	米飯 米 ほうれん草とほんべんの煮ひだし ほうれん草 はんぺん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 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 梅ひしお	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなとペーコンのソテー しろな ペーコン たまねぎ サラダ油 ガラスープ こいくちしょうゆ	食パン(バター) 食パン バターブレンド 小松菜とハムの塩だれ炒め こまつな 黄ピーマン ローズハム にんじん 塩だれ ごま油 牛乳 牛乳
	米飯 米 ナスのほさみ揚げ なす 合挽ミンチ 大葉 鶏卵 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダな	米飯 米 魚の西京チーズ焼き ホキ 白みそ みそ 上白糖 エダムパウダーチーズ 添え物(ほうれん草・かつお) ほうれん草 にんじん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	米飯 米 和風おろしハンバーグ 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 大葉 大根おろし 味ぽん 添え物(ズッキーニ・粉ふぎ) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう	餅ご飯 米 餅 きゅうり ごま 大葉 食塩 紅しょうが 鶏卵 添え物(方二) 鶏卵 食塩 ほうちんしょうゆ だしの素 カニ ゆりね かまぼこ みつば 肉団子と白菜の旨煮 ミートボール はくさい 緑豆はるさめ にんじん かみ風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 赤だし汁(春菊) 春菊 まきふ 赤みそ だしの素	中華風あんかけそば 米 中華麺 ごま油 豚ばらスライス エビ チンゲンサイ はくさい にんじん たまねぎ かまぼこ きぬさや うずら卵水煮 ほうちんしょうゆ ごま油 シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 餃子 餃子 りよとうもやし 味噌 冷奴 絹ごし豆腐 ねぎ おろししょうが こいくちしょうゆ すいかゼリー すいかのゼリー	米飯 米 焼肉 牛かたローススライス りよとうもやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 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 さつま芋も 食塩不使用バター ツナと水菜のバस्ता スバゲティ ツナ缶詰 みずな にんじん 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター きざみのみ コンソメスープ(ズッキーニ) ズッキーニ コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 魚のみそマヨ焼き メバル みそ マヨネーズ パセリ 添え物(いんげんピーナツ和え) いんげん ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ 春雨とエビの炒め物 緑豆はるさめ エビ 食塩 たまねぎ にんじん おろししょうが にんにくおろし 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(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
昼 食	米飯 米 小松菜とツナのキッシュ 鶏卵 ツナ缶詰 たまねぎ こまつな ローズハム 牛乳 エダムパウダーチーズ 食塩 こしょう トマトケチャップ 添え物(オクラソテー・長芋) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター カレー粉 ながいも 食塩 こしょう ごま和え(白菜) はくさい にんじん きゅうり かまぼこ ごま うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 鶏肉と厚揚げの煮つけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが 納厚揚げ 細切 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 しらす和え(小松菜) こまつな にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・エリンギ) グリーンアスパラガス エリンギ みそ だしの素	米飯 米 鮭のカレームニエル 鮭 食塩 こしょう 薄力粉 カレー粉 食塩不使用バター レモン汁 添え物(ブロッコリーピーナツ和え) ブロッコリー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん もやし炒め(ウインナー) りよとうもやし にんじん にら ポークウインナー 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 すまし汁(豆腐・まきふ) 豆腐 まきふ みつば 食塩 こしょう うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鶏のミートソース焼き 鶏もも肉 食塩 こしょう ミートソース シュレットチーズ スバゲティ 食塩不使用バター 食塩 エダムパウダーチーズ 添え物(ホワイトアスパラ・人参) ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが みりん エビのクリーム煮 エビ ズッキーニ にんじん たまねぎ 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 セロリ オクラ にんじん シャンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 白身魚のおかかバター焼き なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 食塩 食塩不使用バター 添え物(ふぎソテー) ふぎ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 なすと明太子の炒め物 なす からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま おろししょうが みりん みそ汁(小松菜・さつま揚げ) こまつな さつま揚げ 食塩 だしの素	米飯 米 魚のから揚げみぞれ和え たら 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 大根おろし 味噌 サニーレタス 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ パン・オイル青じそドレッシング トマト ごま和え(胡瓜・ちくわ) きゅうり にんじん 竹輪 かみ風味かまぼこ 糸かつお こしょう うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・わかめ) しめじ わかめ 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 肉団子のトマトクリーム煮 ミートボール ほうれん草 たまねぎ にんじん しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう かたくり粉 サニーレタス アスパラと卵の土佐和え グリーンアスパラガス 鶏卵 かみ風味かまぼこ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 野菜スープ(キャベツ) キャベツ にんじん 小柱 コンソメ うすくちしょうゆ パセリ
	米飯 米 タラのソテー たら 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 大根おろし 味噌 サニーレタス 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ パン・オイル青じそドレッシング トマト ごま和え(胡瓜・ちくわ) きゅうり にんじん 竹輪 かみ風味かまぼこ 糸かつお こしょう うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・わかめ) しめじ わかめ 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						

\*※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9年7月 [常食]

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
朝食	菓子パン(チーズ火腿ロール) チーズ火腿ロール フルーツ(バナナ) バナナ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	米飯 米 里芋の煮付け さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん みぞ汁(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素 梅びしお 梅びしお	ホットケーキ(チヨヨリース) 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 オレシジ 白糖缶詰 ヨーグルト ヨーグルト 紅茶(ストレート) 紅茶 グラニュー糖	菓子パン(りんりんりんこパン) りんりんりんこパン 小松菜とウィンナーのソテー こまつな ポークウィンナー 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 ホワイトアスパラシーチキン炒め ホワイトアスパラ ホウトクソウ にんじん 上白糖 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(マーメイドジャム) 食パン マーメイド カリフラワーのコンソメスープ煮 カリフラワー スナップエンドウ にんじん ロース火腿 コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	菓子パン(ビーフプロックパン) ビーフプロックパン 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 牛乳 牛乳
	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 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 エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 エビ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 フロッキーの洋風ごま和え フロッキー にんじん ささ身 食塩 こしょう 焙煎ごまドレッシング	ハヤシライス 米 牛かたローススライス たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 デミグラスソース ハヤシルウ トマトケチャップ トマト缶詰 上白糖 トンカツソース 和風サラダ(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん 焼き豚 ノンオイル和風ドレッシング イカとズッキーニの中巻炒め ズッキーニ イカ 食塩 こしょう ガラスープ うすくちしょうゆ ごま油 フルーツ(スイカ) すいか	米飯 米 鮭のピザ風焼き 鮭 食塩 こしょう ピザソース スライスチーズ 青ピーマン 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう カレー粉 オリーブ油 じゃが芋のバター醤油炒め じゃがいも しめじ にんじん ベーコン 食塩不使用バター コンソメ うすくちしょうゆ グリーンピース コンソメ クリームコーン たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 豚肉の和風焼き 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 サラダな 添え物(カリフラワーかかあえ) カリフラワー 糸かつお うすくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 大根とさつま揚げの煮物 大根 さつま揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みぞ汁(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 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 かたくり粉 サラダな 添え物(キャベツかか和え・トマト) キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 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 すまし汁(ちゃそば) 茶そば まきふ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のチリマヨバイ焼き 鮭 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 チリソース 添え物(ホワイトスパアソテー) ホワイトアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 野菜の卵とじ(白菜) 鶏卵 はくさい かに風味かまぼこ にんじん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞ汁(もやし) りょくとうもやし きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 しゃぶしゃぶ風(豚肉) 豚ももスライス 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 カニシューマイ ボン酢・大根おろし 味ほん 大根おろし ホタテの塩だれ炒め ペビーホタテ ブロックリー にんじん 塩だれ ごま油 すまし汁(オクラ) オクラ とろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
昼食	米飯 米 マーボーナス 揚げナス 合挽ミンチ 白ねぎ おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン ごま油 上白糖 こいくちしょうゆ 赤みそ かたくり粉 グリーンピース しろなのなめ茸和え しろな にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ コンソメスープ(白菜・ベーコン) はくさい ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう パセリ	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが 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 みぞ汁(かぼちゃ・春菊) かぼちゃ 春菊 みそ だしの素	米飯 米 鶏のみそ焼き 鶏もも肉 みそ 上白糖 酒 みりん 添え物(なす・トマト) なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 トマト 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 すまし汁(ふ・とろろこぶ) ふ とろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鶏のマスタードパン粉焼き 鮭 食塩 こしょう マヨネーズ 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ パセリ 添え物(もやしごまあえ) りょくとうもやし にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん 甘草炒め(しろな) しろな 焼きナス 赤ピーマン エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 はるさめスープ 緑豆はるさめ ロース火腿 きぬぎや みそ うすくちしょうゆ	米飯 米 かにと枝豆のむし卵 鶏卵 カニ にんじん たけのこ むき枝豆 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 添え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 焼きナスの明太子あんかけ 焼きナス からしめんたいこ かいわれだいこん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 みぞ汁(さつまいも・あげ) さつまいも きざみ揚げ みそ だしの素	肉みそ丼 米 豚ひき肉 にんじん たけのこ おろししょうが 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 紅しょうが おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし レタス 味ほん 旨め煮 かぼちゃ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚の和風ピカタ ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 あおのり 添え物(アスパラごまあえ) アスパラガス ごま こいくちしょうゆ みりん そぼろ炒め(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 みぞ汁(ほうれん草) ほうれんそう きざみ揚げ みそ だしの素
	夕食	米飯 米 マヨネーズ 揚げナス 合挽ミンチ 白ねぎ おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン ごま油 上白糖 こいくちしょうゆ 赤みそ かたくり粉 グリーンピース しろなのなめ茸和え しろな にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ コンソメスープ(白菜・ベーコン) はくさい ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう パセリ	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが 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 みぞ汁(かぼちゃ・春菊) かぼちゃ 春菊 みそ だしの素	米飯 米 鶏のみそ焼き 鶏もも肉 みそ 上白糖 酒 みりん 添え物(なす・トマト) なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 トマト 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 すまし汁(ふ・とろろこぶ) ふ とろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鶏のマスタードパン粉焼き 鮭 食塩 こしょう マヨネーズ 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ パセリ 添え物(もやしごまあえ) りょくとうもやし にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん 甘草炒め(しろな) しろな 焼きナス 赤ピーマン エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 はるさめスープ 緑豆はるさめ ロース火腿 きぬぎや みそ うすくちしょうゆ	米飯 米 かにと枝豆のむし卵 鶏卵 カニ にんじん たけのこ むき枝豆 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 添え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 焼きナスの明太子あんかけ 焼きナス からしめんたいこ かいわれだいこん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 みぞ汁(さつまいも・あげ) さつまいも きざみ揚げ みそ だしの素	肉みそ丼 米 豚ひき肉 にんじん たけのこ おろししょうが 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 紅しょうが おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし レタス 味ほん 旨め煮 かぼちゃ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ 食塩 うすくちしょうゆ 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3年7月【常食】

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	
朝食	<b>米飯</b> 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 <b>みそ汁(大根・あげ)</b> 大根 きざみ揚げ みそ だしの素 <b>ふりかけ(のりたま)</b> のりたまふりかけ	<b>食パン(いちごジャム)</b> 食パン いちごジャム <b>野菜のポトフ風</b> キャベツ にんじん たまねぎ ローズハム コンソメ 食塩 こしょう <b>牛乳</b> 牛乳	<b>菓子パン(おいものクリームパン)</b> おいものクリームパン <b>チンゲン菜のガーリックソテー</b> チンゲンサイ キャベツ にんじん ベーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 <b>りんごジュース</b> りんごジュース	<b>食パン(バター)</b> 食パン バターブレンド <b>ほうれん草とハムのバターソテー</b> ほうれん草 ほうれん草 にんじん ローズハム こいくちしょうゆ バターブレンド <b>コーヒー牛乳</b> コーヒー牛乳	<b>食パン(バター)</b> 食パン バターブレンド <b>しろなどがまほこの塩だれ炒め</b> しろなどが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 <b>牛乳</b> 牛乳	<b>菓子パン(カレーパン)</b> 北海道たまねぎカレーパン 小松菜のコンソメスープ煮 こまつな ベーコン にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ <b>飲むヨーグルト</b> 飲むヨーグルト	
	昼食	<b>米飯</b> 米 <b>白身魚の明太ポテト焼き</b> なます 食塩 じゃがいも からしめんたいこ 食塩 こしょう マヨネーズ あおのり <b>添え物(インゲンソテー)</b> いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 <b>もやしの中薬風和え物</b> りょうとうもやし にんじん 焼き豚 うすくちしょうゆ みりん みりん ごま油 <b>みそ汁(豆腐・ごぼう)</b> 豆腐 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	<b>おにぎり(ゆかり)</b> 米 ゆかり <b>冷やしとりうどん</b> うどん 鶏むね肉 食塩 薄力粉 こしょう 鶏卵 白絞油 かに風味かまぼこ きゅうり きざみのみ めんつゆ <b>だし巻き卵なめ置かけ</b> 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん みりん なめ置 ごま油 <b>ぶどう果汁</b> ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	<b>うなぎ飯らし寿司 ☆工用の仕方</b> 米 うなぎかば焼き 鶏卵 かいわれだいこん きゅうり きざみのみ きぬさや 上白糖 サラダ油 鶏卵 食塩 紅しょうが <b>肉じゃが</b> じゃがいも 牛かたローススライス にんじん しらたき グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みりん だしの素 <b>フルーツ(スイカ)</b> すいか <b>赤だし汁(なめこ)</b> なめこ まきか みつば 赤みそ だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>お好み卵焼き(エビ入り)</b> エビ こまつな 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 <b>添え物(いんげんごま和え)</b> いんげん ごま こいくちしょうゆ みりん お魚豆腐 <b>白菜の薬風炒め</b> はくさい かに風味かまぼこ 緑豆はるさめ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 <b>すまし汁(エリンギ・とろろ昆布)</b> 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	<b>米飯</b> 米 <b>信田蒸し</b> 油揚げ 鶏ひき肉 にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ おろししょうが 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 サラダ油 ながいも 春菊 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(鰻茶卵)</b> きゅうり にんじん 鰻茶卵 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ <b>みそ汁(ワカメ・ふ)</b> わかめ ふ みそ だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>豚のキムチース夫ぶら</b> 豚ももスライス スライスチーズ はくさいキムチ 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 <b>添え物(キャベツ・トマト)</b> キャベツ パンオイルと風ドレッシング ミニトマト <b>みつば</b> めんつゆ 大根おろし <b>たらこあんかけ(冬瓜)</b> たらこ とうがん うすくちしょうゆ だしの素 たらこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 <b>すまし汁(しめじ・春菊)</b> しめじ 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
夕食		<b>米飯</b> 米 <b>ビーフチャップ</b> 牛かたローススライス たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース サラダ油 <b>添え物(オクラチーズ)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター シュレッドチーズ かぼちゃ 食塩不使用バター 食塩 <b>胡瓜とムキエビの和え物</b> きゅうり にんじん エビ うすくちしょうゆ みりん <b>ホワイトアスパラのスープ</b> ホワイトアスパラ たまねぎ じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	<b>米飯</b> 米 <b>魚介の中薬炒め</b> エビ イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りょうとうもやし 黄ピーマン ウスターソース ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 サニーレタス <b>厚揚げのピザ風焼き</b> 厚揚げ 食塩 こしょう ピザソース シュレッドチーズ <b>ワカメスープ</b> わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	<b>米飯</b> 米 <b>鮭の糯マヨチーズ焼き</b> 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ 梅干し エダムパウダーチーズ <b>添え物(カリフラワー・ピーナツ和え)</b> 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 <b>レンコンの炒め物</b> 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 <b>すまし汁(オクラ・はんぺん)</b> オクラ はんぺん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	<b>米飯</b> 米 <b>みそカツ</b> 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 サラダ油 <b>添え物(ふきソテー)</b> ふき 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 トマト <b>土佐和え(なす)</b> なす しらす 糸かつお うすくちしょうゆ <b>豆腐スープ</b> 豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	<b>おにぎり(しば漬け)</b> 米 しば漬け <b>冷やしサラダうどん</b> うどん ツナ缶詰 マヨネーズ たまねぎ かいわれだいこん レタス 糸かつお めんつゆ <b>いとこ煮</b> かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 <b>ピリ辛豆腐ソテー</b> ほうれん草 絹ごし豆腐 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン サラダ油	<b>米飯</b> 米 <b>魚の香り焼き</b> 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 白ねぎ <b>添え物(ズッキーニ)</b> ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 <b>筑前煮</b> 鶏もも肉 さといも にんじん レンコン こんにやく しいたけ きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 <b>みそ汁(そうめん)</b> そうめん きざみ揚げ ねぎ 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