

2021



	日	月	火	水	木 1日	金 2日	土 3日	
朝						御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 青梗菜の生姜和え 味噌汁(白玉麩、畑菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン なすと挽肉のソー 南瓜のサラダ コンナスープ(マッシュルーム、セロリ) 牛乳	御飯 豆菜炒め 豆サラダ 味噌汁(麩、ひらたけ) 牛乳
昼						<b>開所2周年記念</b> 五目御飯 天麩羅 付 天つゆ・おろし かぶの含め煮 わらの和え物 ケーキ	御飯 スパニッシュオムレツ ミートボールのクリーム煮 スパゲティサラダ フルーツ・黄桃缶	御飯 キンカツ 里芋の含め煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ・リンゴ缶
夕	※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。 ※常食の献立内容を掲載させていただきます。					御飯 鶏肉の梅肉焼き かっぱらの薄くす煮 インゲンのかみ和え 味噌汁(白菜、水菜)	御飯 白身魚の山椒煮 ぜんまいの煮和え EHAのなめ茸和え 味噌汁(玉葱、葉大根)	御飯 魚の塩焼き(鯖) さつま芋のきんぴら ブロッコリーのからし和え すまし汁(とろろ昆布、はんぺん)
朝	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
朝	御飯 揚げパンの煮物 わらの胡麻和え 味噌汁(南瓜、舞茸) 牛乳	御飯 ブロッコリー・ブロッコリー マカロニサラダ 味噌汁(揚げ茄子、ワカメ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スクランブルエッグ ほうれん草とわかめのサラダ コンナスープ(絹さや、人参) 牛乳	御飯 ハンパんと野菜煮物 アスパラのわかめ和え 味噌汁(キャベツ、ニラ) 牛乳	御飯 インゲンの煮浸し 豆たっぷりハンバーグ 味噌汁(大根、葉大根) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウインナーと野菜のスープ煮 ブロッコリーのチーズサラダ コンナスープ(かぶ、絹さや) 牛乳	御飯 キャベツと生揚げの炒め物 煮し茄子のドレッシングかけ 味噌汁(玉葱、畑菜) 牛乳	
昼	御飯 豚肉の柳川風煮 小松菜とアリの塩炒め わらと大根の梅シロサラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 魚のクリームシロ(マヒマヒ) 夏野菜の炒め物 じゃが芋のサラダ フルーツ・和梨缶	御飯 魚の香味焼(アジ) 切干大根の煮物 なめ茸とろろ フルーツ・フルーツケル缶	<b>七夕</b> セトウめいん 夏野菜のかき揚げ EHAののり和え 七夕ゼリー	御飯 魚の味噌煮(鯖) わらの炒め物 春雨の酢の物 フルーツ・白桃缶	御飯 豚肉のオスターソース炒め さつま芋のレンコン煮 モヤの中華サラダ フルーツ・マンゴ缶	御飯 鶏の治部煮 ブロッコリーの加風味あんかけ ゴボウの辛子和え フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏の治部煮 ブロッコリーの加風味あんかけ ゴボウの辛子和え フルーツ・黄桃缶
夕	御飯 焼き魚の葱ソース(タラ) レンコンのクリーム炒め 白菜の酢味噌和え すまし汁(花麩、三つ葉)	御飯 擬製豆腐 ひじきと竹輪の煮物 南瓜のサラダ 味噌汁(かぶ、葉大根)	御飯 肉団子の酢豚風 EHAの炒め物 南瓜のサラダ 中華スープ(カニカマ、青葱)	魚のミンチ焼き(鯖) インゲンの炒め物 わらの和え物 味噌汁(庄内麩、えのき)	御飯 蒸し鶏の梅マヨソース 里芋の煮物 わらの和え物 味噌汁(豆腐、小松菜)	御飯 魚の卵とじ(林) アスパラとコーンの炒め物 ごぼうサラダ すまし汁(花麩、菜の花)	御飯 白身魚のチーズ焼き じゃが芋のコンナスープ トマトのサラダ 味噌汁(舞茸、モロヘイヤ)	御飯 白身魚のチーズ焼き じゃが芋のコンナスープ トマトのサラダ 味噌汁(舞茸、モロヘイヤ)
朝	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
朝	御飯 卵と野菜の炒め物 かぶの生姜和え 味噌汁(ワカメ、油揚げ) 牛乳	御飯 チンゲン菜とシラの煮物 かっぱらのサラダ 味噌汁(麩、葉大根) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ コンナスープ(セロリ、人参) 牛乳	御飯 もやしの干し玉炒め 小松菜のクリーム和え 味噌汁(チンゲン菜、えのき) 牛乳	御飯 かぶとわらの煮物 モロヘイヤのゆかり和え 味噌汁(揚げ茄子、畑菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 豆と挽肉のトマト炒め インゲンの和え物 コンナスープ(コーン、人参) 牛乳	御飯 厚焼卵 白菜のサラダ 味噌汁(もやし、青葱) 牛乳	
昼	御飯 魚のポン酢かけ(ぶり) ごぼうの日辛煮 インゲンのピーナツ和え フルーツ・リンゴ缶	御飯 麻婆豆腐 南瓜とEHAの煮物 EHAの中華和え フルーツ・ミカン缶	<b>祭り紀行～仙台七夕まつり</b> はらこ飯風 煮なすのずんだかけ 笹かまぼこ おくすかけ フルーツ・パイ缶	御飯 豚肉の韓国焼き(鯖) 豚肉と根野菜の煮物 じゃが芋のサラダ フルーツ・フルーツケル缶	御飯 Eと玉子の塩炒め かっぱらとEのクリーム煮 キャベツの中華和え フルーツ・パイ缶	御飯 生揚げと野菜の炒め物 冬瓜のひすい煮 ブロッコリーのチーズサラダ フルーツ・和梨缶	御飯 魚の梅ソース(アジ) 車麩のそぼろあんかけ わらのお浸し フルーツ・フルーツケル缶	御飯 魚の梅ソース(アジ) 車麩のそぼろあんかけ わらのお浸し フルーツ・フルーツケル缶
夕	御飯 豚肉と野菜の五目煮 蒸し餃子 モヤの炒め 中華スープ(ひらたけ、ヤングコーン)	御飯 赤魚の煮付け 鶏肉と大根の炒り煮 煮豆 味噌汁(揚げ茄子、玉葱)	御飯 肉野菜炒め 里芋の煮物 わらとわかめの酢の物 すまし汁(花麩、水菜)	御飯 肉団子と野菜の煮物 わらとわかめの酢の物 大根のしん和え すまし汁(蒲鉾、青葱)	御飯 魚の酒蒸し さつま芋と刻昆布の煮物 ピーナツ和え(モヤ) 味噌汁(白玉麩、オクラ)	御飯 鶏肉の塩麩焼き きんぴられんこん 大根の和風サラダ 味噌汁(玉葱、ニラ)	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め さつま芋のクリーム煮 ほうれん草のピーナツ和え 野菜碗(ごぼう、筍、白葱)	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め さつま芋のクリーム煮 ほうれん草のピーナツ和え 野菜碗(ごぼう、筍、白葱)
朝	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
朝	御飯 里芋と人参の煮物 豆サラダ 味噌汁(白玉麩、ワカメ) 牛乳	御飯 レンコンと竹輪の炒め煮 わらとわかめのゆかり和え 味噌汁(キャベツ、水菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズオムレツ 小松菜のサラダ コンナスープ(南瓜、葉大根) 牛乳	御飯 ハンパんの煮物 モヤのくるみみね和え 味噌汁(しめじ、玉葱) 牛乳	御飯 茄子とピーマンの鍋しぎ かっぱらのサラダ すまし汁(花麩、青葱) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スクランブルエッグ 豆たっぷりハンバーグ コンナスープ(もやし、畑菜) 牛乳	御飯 白菜の卵とじ インゲンの中華ドレッシング 味噌汁(白玉麩、菜の花) 牛乳	
昼	御飯 揚げ魚の野菜あん 切干大根と鶏の煮物 パンプキンサラダ フルーツ・パイ缶	御飯 鶏肉の胡麻味噌焼き アスパラとピーマンのソテー 春雨の中華サラダ フルーツ・白桃缶	冷やし中華 青梗菜とアリの炒め物 インゲンのしらす和え フルーツ・マンゴ缶	御飯 蒸魚のタタキ(タラ) ふきと油揚げの煮物 茄子のドレッシングかけ フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉の生姜焼き 里芋の田楽 わらと蒲鉾のサラダ フルーツ・リンゴ缶	御飯 鶏と車麩の煮物 小松菜と竹輪の炒め物 じゃが芋のサラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 赤魚の照焼き ぜんまいの煮物 かぶの梅和え フルーツ・和梨缶	御飯 赤魚の照焼き ぜんまいの煮物 かぶの梅和え フルーツ・和梨缶
夕	御飯 ミートボールのコンナスープ マカロニ・カレー トマトとそら豆のサラダ コンボータージュ	御飯 えび玉あんかけ 茄子の炒り煮 菜の花の和え物 味噌汁(なめこ、白菜)	御飯 魚のハーフカレー(マヒマヒ) チーズとわかめの炒り煮 コンナスープ(キャベツ、セロリ)	御飯 青椒鶏肉絲 白菜とサマ揚げの煮浸し かぶの中華和え 中華スープ(豆腐、椎茸)	御飯 魚と切昆布の煮付け(鯖) Eとアスパラの塩炒め オクラのポン酢和え 味噌汁(大根、菜の花)	御飯 肉団子と野菜の炒め 南瓜のいとこ煮 チンゲン菜の辛子和え すまし汁(庄内麩、しめじ)	御飯 生揚げの酢豚風 シューマイ キャベツとわかめのサラダ 中華スープ(ヤングコーン、ニラ)	御飯 生揚げの酢豚風 シューマイ キャベツとわかめのサラダ 中華スープ(ヤングコーン、ニラ)
朝	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝	御飯 肉詰めいなりの煮物 EHAのお浸し 味噌汁(もやし、水菜) 牛乳	御飯 モヤの野菜炒め リンゴのサラダ 味噌汁(なめこ、白葱) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウインナーの野菜炒め アスパラのドレッシング和え コンナスープ(白菜、オクラ) 牛乳	御飯 厚焼卵 ブロッコリーのサラダ 味噌汁(花麩、葉大根) 牛乳	御飯 かぶの炒め 小松菜のシラ和え 味噌汁(モヤシ、青葱) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ミートボール わらのドレッシング和え コンナスープ(玉葱、マッシュルーム) 牛乳	御飯 肉肉ソーゼルの野菜炒め モヤの胡麻ドレッシング 味噌汁(揚げ茄子、葉大根) 牛乳	御飯 肉肉ソーゼルの野菜炒め モヤの胡麻ドレッシング 味噌汁(揚げ茄子、葉大根) 牛乳
昼	御飯 鶏肉とピーマンの塩炒め なすの揚げ煮 かっぱらわらの胡麻和え フルーツ・フルーツケル缶	御飯 揚げ出し豆腐海老あんかけ 冬瓜とEHAの炒め ほうれん草の磯和え フルーツ・白桃缶	御飯 魚の甘辛煮(鯖) 小松菜と生揚げの炒め物 トマトと玉葱のサラダ フルーツ・マンゴ缶	<b>土用の丑の日</b> うなぎちらし なすのくず煮 わらと大根のサラダ フルーツ・パイ缶	御飯 カニ玉 わらとわかめの炒め煮 かっぱらの中華ドレッシング フルーツ・黄桃缶	御飯 豆腐ステーキ・メンチソース 肉じゃが(豚肉) ゆかり風味(EHAの) フルーツ・リンゴ缶	御飯 魚のEHAソース焼き(タラ) かっぱらわらの インゲンのサラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 魚のEHAソース焼き(タラ) かっぱらわらの インゲンのサラダ フルーツ・ミカン缶
夕	御飯 魚の蒲焼き(アジ) ゴボウと里芋の味噌煮 EHAの酢の物 すまし汁(蒲鉾、絹さや)	御飯 豚肉の漬焼・和添え 人参ソテー サマサラダ 味噌汁(玉葱、菜の花)	御飯 鶏肉のパン粉焼き じゃが芋の加風味煮 キャベツのマリネ コンナスープ(コーン、セロリ)	御飯 筑前煮 はんぺんフライ 白菜のくるみみね和え 味噌汁(南瓜、玉葱)	御飯 魚の南部焼き(鯖) さつま芋の甘煮 わらの生姜和え 味噌汁(白玉麩、ワカメ)	御飯 白身魚のトマトソース 大根のコンナスープ マカロニサラダ パンプキンスープ	御飯 餅・塩干し ひじきの煮物 茹かキャベツとわかめのサラダ 味噌汁(麩、畑菜)	御飯 餅・塩干し ひじきの煮物 茹かキャベツとわかめのサラダ 味噌汁(麩、畑菜)