

	日	月	火	水	木	金	土		
	7月31日					1日	2日		
朝	御飯 ジャム&マーガリン おろし煮 味噌汁(里芋、絹さや) 牛乳	 <p>3rd ANNIVERSARY</p>			食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 茄子のソテー 豆たっぷりハンバーグ コンソメスープ(南瓜、コーン) 牛乳		御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 大根の和風和え すまし汁(豆腐、春菊) 牛乳		
昼	御飯 カニ玉 おろし煮の炒め煮 かぶの中華ドレッシング ルーツ・ミカン缶				赤飯 ハンバーグとエビフライ かぶの詰め煮 わらのシラス和え ケーキ		御飯 鶏肉の梅肉焼 かぶの薄くす煮 インゲン胡麻和え 味噌汁(白菜、水菜)		御飯 スパニッシュオムレツ 野菜のクリーム煮 スパゲティサラダ ルーツ・黄桃缶
夕	御飯 お肉のハンバーグ 付合せ ひじきの煮物 茹かしたとりのサラダ 味噌汁(麩、チンゲン菜)				※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 かぶの薄くす煮 インゲン胡麻和え 味噌汁(白菜、水菜)		御飯 魚の山椒煮(ほき) ぜんまいの炒り煮 小松菜のお浸し 味噌汁(玉葱、葉大根)
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日		
朝	御飯 八入り野菜炒め 青梗菜の生姜和え 味噌汁(かぶ、小松菜) 牛乳	御飯 つみれと野菜の煮物 おろしの胡麻和え 味噌汁(油揚げ、南瓜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブロッコリーソテー マカロニサラダ コンソメスープ(小松菜、キャベツ) 牛乳	御飯 玉子ロール 付合せ お肉とわかめのサラダ すまし汁(ひらたけ、白菜) 牛乳	御飯 ハンバーグと野菜煮物 アスパラのおかか和え 味噌汁(エビ、チンゲン菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン インゲンと野菜のスープ煮 ブロッコリーのチーズサラダ コンソメスープ(南瓜、葉大根) 牛乳	御飯 インゲンの煮浸し 豆サラダ 味噌汁(菜の花、白玉麩) 牛乳		
昼	御飯 鶏肉のパン粉焼 里芋の詰め煮 お肉とわかめのサラダ ルーツ・白桃缶	御飯 豚肉の柳川風煮 小松菜のじゃこ炒め 大根の梅干しサラダ ルーツ・ルーツカゲル缶	御飯 赤魚のカルムニル 夏野菜の炒め物 じゃが芋のサラダ ルーツ・黄桃缶	御飯 魚の香味焼(アジ) 切干大根の煮物 チンゲン菜の磯辺和え ルーツ・ミカン缶	セタそうめん 夏野菜のかき揚げ お肉のソテー セタバチー 		御飯 魚の味噌煮(鯖) お肉のソテー炒め物 春雨の酢の物 ルーツ・白桃缶	御飯 豚肉のオニオンソース炒め さつまいもの味噌煮 モヤシの中華サラダ ルーツ・マカロニ缶	
夕	御飯 魚の塩焼(ホタテ) さつまいものきんぴら ブロッコリーのからし和え 味噌汁(チンゲン菜、椎茸)	御飯 焼き魚の葱ソテー(たら) レタスのソテー 白菜の酢味噌和え すまし汁(花麩、三つ葉)	御飯 鶏肉と高野豆腐の旨煮 かぶの和風炒め 菜の花の錦糸和え すまし汁(トコロ昆布、葉大根)	御飯 肉団子の酢豚風 インゲンの炒め物 サマ芋の胡麻サラダ 中華スープ(さくらげ、青ネギ)	御飯 魚のソテー焼(さわら) インゲンの炒め物 かぶとわかめのサラダ 味噌汁(庄内麩、春菊)	御飯 鶏肉と根野菜の炒め なすの揚げ浸し わらの和え物 味噌汁(豆腐、小松菜)	御飯 魚の卵とじ(鱈) アスパラとコーンの炒め物 ごぼうサラダ すまし汁(蒲鉾、ひらたけ)		
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日		
朝	御飯 キャベツと生揚げの炒め物 蒸し茄子のドレッシング かけ 味噌汁(春菊、かぶ) 牛乳	御飯 卵と野菜の炒め物 かぶの生姜和え すまし汁(わかめ、葉大根) 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 かぶの中華サラダ コンソメスープ(南瓜、葉大根) 牛乳	御飯 もやしと干しエビの炒め 小松菜のソテー和え 味噌汁(インゲン、庄内麩) 牛乳	御飯 かぶとわかめの煮物 菜の花のゆかり和え 味噌汁(豆腐、里芋) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン お肉とわかめの炒め物 インゲンと和風和え コンソメスープ(わかめ、椎茸) 牛乳	御飯 チンゲン菜とシラスの煮物 キャベツのからし和え すまし汁(麩、春菊) 牛乳		
昼	御飯 鶏の治部煮 ブロッコリーのかき揚げ 菜の花の辛子和え ルーツ・黄桃缶	東京の陣・徳川家康 		御飯 麻婆豆腐 かぶの炒め ほうれん草のサラダ ルーツ・白桃缶	御飯 魚の韓国焼(さわら) 根野菜と竹輪の炒り煮 じゃが芋のサラダ ルーツ・ルーツカゲル缶	御飯 生揚げと野菜の炒め物 冬瓜のひしひし煮 ブロッコリーのチーズサラダ ルーツ・パン缶	御飯 エビと玉子の塩炒め かぶとわかめのクリーム煮 タルト ルーツ・和梨缶		
夕	御飯 赤魚のチーズ焼 じゃが芋のコンニャク煮 小松菜のサラダ コンソメスープ(玉葱、わかめ)	御飯 豚肉と野菜の五目煮 ソテー 白菜の中華サラダ 中華スープ(ひらたけ、わかめ、コーン)	御飯 魚の煮付け(たら) 鶏肉と大根の炒り煮 煮豆 味噌汁(麩、三つ葉)	御飯 肉野菜炒め 里芋のすんだ和え 春雨の酢の物 すまし汁(蒲鉾、青ネギ)	御飯 肉団子と野菜の煮物 お肉とわかめのソテー 大根のレンズ和え すまし汁(豆腐、水菜)	御飯 赤魚の酒蒸 さつまいもと刻み昆布の煮物 ピーマン和え(セウ) 味噌汁(なめこ、わかめ)	御飯 鶏肉の塩焼 さんぴられんこん 大根の和風サラダ 味噌汁(玉葱、白玉麩)		
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日		
朝	御飯 厚焼卵 ゆかり和え(白菜) 味噌汁(油揚げ、チンゲン菜) 牛乳	御飯 里芋と人参の煮物 豆たっぷりハンバーグ 味噌汁(キャベツ、舞茸) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ジャーマンポト ほうれん草のサラダ コンソメスープ(白菜、サマ芋) 牛乳	御飯 レタスと竹輪の炒め煮 小松菜のお浸し すまし汁(花麩、トコロ昆布) 牛乳	御飯 ハンバーグの煮物 チンゲン菜のくすみ和え 味噌汁(じゃが芋、白ネギ) 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 かぶの中華サラダ コンソメスープ(コーン、セリ) 牛乳	御飯 茄子とピーマンの鍋しぎ 豆サラダ すまし汁(玉葱、わかめ) 牛乳		
昼	御飯 魚の梅干し(アジ) 車麩のそぼろあんかけ おろしのお浸し ルーツ・ルーツカゲル缶	海の日 		御飯 肉団子の胡麻味噌焼 アスパラとピーマンのソテー 春雨の中華サラダ ルーツ・白桃缶	御飯 肉野菜炒め 青梗菜とアリの炒め物 大根とわかめの酢の物 ルーツ・パン缶	御飯 豚肉の生姜焼 里芋の田菜 お肉とわかめの炒め物 ルーツ・黄桃缶	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 ルーツ・パン缶		
夕	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め さつまいものレーズン煮 お肉とわかめのソテー すまし汁(白ネギ、水菜)	御飯 ミートボールのコンニャク煮 マカロニソテー(カレー) トトとそら豆のサラダ コンソメスープ	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、葉大根)	御飯 赤魚のバター焼 ズッキーニのガーリックソテー スパゲティサラダ コンソメスープ(キャベツ、セリ)	御飯 青椒鶏肉糸 白菜とサマ揚げの煮浸し かぶの中華和え 中華スープ(コーン、椎茸)	御飯 魚と切昆布の煮付け(サバ) アスパラの和風炒め わらのポン酢和え 味噌汁(サマ芋、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(水菜、シメジ)		
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日		
朝	御飯 白菜の卵とじ アスパラの和え物 味噌汁(ほうれん草、サマ芋) 牛乳	御飯 肉詰めいなり煮 かぶの胡麻和え 味噌汁(じゃが芋、小松菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン インゲンの野菜炒め アスパラのドレッシング和え コンソメスープ(春菊、南瓜) 牛乳	御飯 竹輪の野菜炒め かぶとわかめの梅和え すまし汁(水菜、アリ) 牛乳	御飯 かぶの炒め チンゲン菜のしらす和え 味噌汁(油揚げ、青ネギ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ミートオムレツ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ(コーン、セリ) 牛乳	御飯 魚肉ソーセージの野菜炒め もやし胡麻ドレッシング 味噌汁(揚げたて、葉大根) 牛乳		
昼	御飯 赤魚の照焼 ぜんまいの煮物 かぶの梅和え ルーツ・和梨缶	御飯 鶏肉とピーマンの塩炒め なすの揚げ煮 もやしのお浸し ルーツ・ミカン缶	土用の丑の日 		御飯 筑前煮 大根のバター醤油炒め ゆかり和え(白菜) ルーツ・パン缶	御飯 鶏肉のハンバーグ かぶの梅干し和え 春雨の甘酢和え 味噌汁(南瓜、玉葱)	御飯 鶏肉のハンバーグ かぶの梅干し和え 春雨の甘酢和え 味噌汁(南瓜、玉葱)	御飯 豆腐ステーキメンチウリス 肉じゃが(豚肉) ゆかり和え(白菜) ルーツ・リンゴ缶	
夕	御飯 生揚げの酢豚風 かき揚げの和風サラダ キャベツとわかめの和風サラダ 中華スープ(わかめ、春菊)	御飯 魚の蒲焼(アジ) お肉と里芋の味噌煮 もやしのお浸し 味噌汁	御飯 豆腐ステーキのあんかけ 人参ソテー サマ芋サラダ 味噌汁(麩、菜の花)	御飯 鶏肉のハンバーグ 冷たいカレー風味煮 キャベツのソテー コンソメスープ(コーン、セリ)	御飯 魚すり身の松風焼(たら) なすのくすみ煮 春雨の甘酢和え 味噌汁(南瓜、玉葱)	御飯 魚の南部焼(サバ) 魚奴 小松菜の柚子浸し 味噌汁(白玉麩、わかめ)	御飯 赤魚のトマトソース 冷たいカレー風味煮 マカロニサラダ コンソメスープ		