

7月

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
1	火	パン グラタン	ワッサンデニッシュ 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ マカロニ	牛乳 フルーチェ	牛乳 フルーチェの素 牛乳
		もやしサラダ コンソメスープ	ホワイトソース ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 大根 しめじ 人参 キャベツ 玉葱 ごぼう コンソメ		
2	水	ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 肉じゃが	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	濃口しょうゆ みりん 豆腐 なす チンゲン菜 筍 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
3	木	ご飯 肉団子 なすとツナの煮物	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 ツナ なす 玉葱 コーン 冷凍えだまめ 人参 ごま油 鶏がらだし	牛乳 ヨーグルトケーキ	牛乳 卵 砂糖 ヨーグルト 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー バター
		大根スープ	砂糖 大根 人参 玉葱 ほうれんそう もやし 卵 ウェイパー		
4	金	ご飯 鯖のみそ焼き ごぼうサラダ	ご飯 鯖 白味噌 みりん ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ	牛乳 芋っち団子	牛乳 さつまいも 砂糖 米粉 食塩 揚げ油
		清汁	絹厚揚げ 筍 白菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
5	土	親子丼	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	みりん 大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
7	月	ちらし寿司 鶏の照り焼き にゅうめん	ご飯 鶏挽肉 人参 筍 れんこん 錦糸卵 すしのこ すし酢 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 酒	牛乳 型抜きクッキー	牛乳 無塩バター 砂糖 卵 薄力粉 ベーキングパウダー
		フルーツ	そうめん 花麩 なす 大根 チンゲン菜 だしの素 薄口しょうゆ みりん メロン		
8	火	ご飯 鯖の幽庵焼き 大豆カレー	ご飯 鯖 味ぼん みりん 白味噌 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 ごぼう いんげん コーン	牛乳 スイートポテト	牛乳 卵 さつまいも 砂糖 バター 牛乳
		かき玉スープ	カレールウ 人参 大根 わかめ 南瓜 ほうれんそう しめじ 卵 ウェイパー		

7月

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
9	水	ご飯 シャキシャキつくね	ご飯 鶏挽肉 れんこん 玉葱 ごぼう 牛乳 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス 豆腐 卵 砂糖 揚げ油
		マカロニサラダ 野菜スープ	マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ キャベツ 人参 玉葱 大根 もやし わかめ ウェイパー 薄口しょうゆ		
10	木	パン 鮭のから揚げ タルタルソース ほうれん草のソテー	イエローロール 鮭 玉葱 卵 マヨネーズ 唐揚げ粉 揚げ油 ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		カレースープ	薄揚げ 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳		
11	金	ご飯 肉豆腐	ご飯 豆腐 牛肉 人参 玉葱 糸こんにゃく 葱 濃口しょうゆ 砂糖 薄力粉	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		ひじきのかわり煮 味噌汁	ひじき ツナ 人参 玉葱 コーン いんげん コンソメ 砂糖 大根 人参 えのき 白菜 絹厚揚げ さつま芋 だしの素 味噌		
12	土	ハヤシライス 清汁	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	お菓子	お菓子
		フルーツ	りんご		
14	月	ご飯 タンドリーチキン 春雨サラダ わかめスープ	ご飯 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 豚肉 大根 人参 じゃが芋 わかめ 卵 ウェイパー	牛乳 チーズケーキ	牛乳 クリームチーズ 砂糖 卵 薄力粉 コーンスターチ サワークリーム
		ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え 清汁	ご飯 豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ウェイパー もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 色板 薄揚げ ほうれん草 南瓜 人参 椎茸 だしの素 薄口しょうゆ みりん		
16	水	ご飯 鮭のかわり焼き ひじきのドレッシング和え 南瓜のカレースープ	ご飯 鮭 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ ケチャップ ウスターソース ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 南瓜 人参 玉葱 キャベツ 薄揚げ カレールウ	牛乳 フワフワパンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス ヨーグルト 牛乳 コンデンスミルク

7月

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
17	木	ご飯 ツナナゲット ほうれん草の炒り煮 味噌汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 ツナ 卵 パン粉 コンソメ ケチャップ ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖 大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 ごぼう だしの素 味噌		
				牛乳 チーズマフィン	牛乳 ホットケーキミックス 卵 バター チーズ 牛乳 ウインナー 砂糖
18	金	ご飯 カレーコロッケ 色どり野菜のスパゲッティ コンソメスープ	ご飯 じゃが芋 さつま芋 玉葱 合挽肉 パン粉 カレー粉 ウスターソース キャベツ 赤ピーマン コーン 玉葱 冷凍えだまめ ｽﾊﾟゲｯﾃﾞ 胡瓜 コンソメ 大根 玉葱 しめじ 人参 ほうれんそう じゃが芋 コンソメ		
				クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
19	土	ジャージャー麺 金平ごぼう フルーツ	中華麺 豚肉 玉葱 人参 チンゲン菜 もやし ウェイパー 赤味噌 牛肉 ごぼう エリンギ 人参 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん すいか		
				お菓子	お菓子
22	火	パン 鶏のパン粉焼き ボークビーンズ コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース 豚肉 大豆 人参 玉葱 いんげん ホールトマト コンソメ 砂糖 ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ 玉葱 クリームコーン 牛乳 コンソメ		
				牛乳 味噌焼おにぎり	牛乳 しらす干し ご飯 葱 味噌 砂糖
23	水	ご飯 カレイの照り焼き 牛肉と春雨の炒め物 豚汁	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 豚肉 さつま芋 大根 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
24	木	鮭わかめご飯 スクエアバーグ ポテトサラダ かき玉汁	ご飯 鮭わかめふりかけ 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 チーズ 玉葱 ケチャップ ウスターソース 卵 ハム じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ 人参 大根 わかめ 南瓜 しめじ ほうれんそう だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
25	金	ご飯 ブリのエスニック風 焼きそば 味噌汁	ご飯 ブリ 玉葱 カレー粉 粉チーズ 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 ケチャップ 砂糖 揚げ油 焼きそば もやし 人参 キャベツ 玉葱 豚肉 葱 お好みソース 大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 ほうれんそう だしの素 味噌		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

7月

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
28	月	ご飯 鱈の立田揚げ コールスローサラダ 豚汁	ご飯 鱈 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 豚肉 さつまいも 大根 ごぼう ほうれんそう 人参 だしの素 味噌		
				牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん
29	火	ご飯 煮込みハンバーグ 春雨カレー 野菜スープ	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 牛乳 マッシュルーム デミグラスソース ケチャップ 春雨 コーン 人参 玉葱 胡瓜 ツナ カレー粉 めんつゆ チンゲン菜 人参 玉葱 大根 じゃが芋 わかめ ウェイパー 薄口しょうゆ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
30	水	カレーチャーハン 高野豆腐の卵とじ わかめスープ フルーツ	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 カレー粉 コンソメ 鶏挽肉 高野豆腐 赤ピーマン 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 絹厚揚げ ほうれんそう 南瓜 人参 わかめ ごぼう だしの素 ウェイパー すいか		
				牛乳 ウインナーロール	牛乳 パイシート ウインナー 砂糖
31	木	ご飯 鶏のおろし煮 豆腐入りふんわりキッシュ 清汁	ご飯 鶏肉 大根 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 片栗粉 ベーコン 卵 玉葱 ほうれんそう マッシュルーム 豆腐 チーズ コンソメ 豆腐 もやし チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子