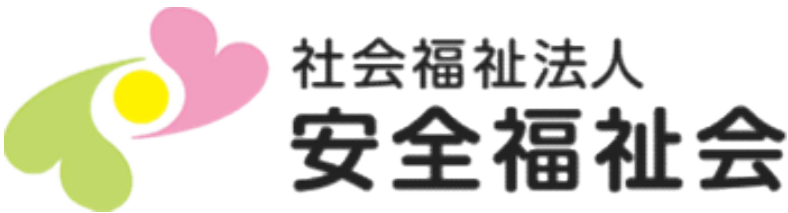




令和4年7月 献立表



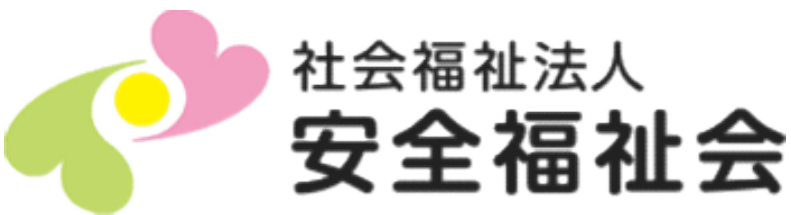
	1	2	3	4	5	6	7
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンのじゃこ炒め 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 玉子焼き 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージソテー 牛乳 たいみそ	麦ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ジョア 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎのしぐれ煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのゴマ油炒め 牛乳 野沢菜漬け
昼食	ご飯 麻婆豆腐 青梗菜ナムル 大根のべっこう煮 キウイ	ご飯 エビマヨ レタスと玉ねぎのサラダ きのこの中華炒め 杏仁豆腐	ご飯 カレイの生姜煮 もずく和え じゃが芋の金平 りんご	炊き込みご飯 豚冷しゃぶ 人参のクルミ和え かぼちゃ煮 パイン缶	ご飯 夏野菜ハンバーグ スパゲティサラダ アスパラソテー オレンジ	ご飯 鶏肉と里芋の中華風煮 小松菜のゴマ和え ピーマンと舞茸の醤油炒め バナナ	助六寿司 七夕そうめん 鶏と冬瓜の翡翠煮 七夕ゼリー
3時	カステラ	お好み焼き		牛乳寒天	揚げパン	りんごケーキ	くずまんじゅう
夕食	ご飯 鱈のさらさ蒸し 里芋の和風サラダ いんげんの炒め煮 みかん缶	ご飯 牛肉のゴマだれ焼き もやしの磯和え ブロッコリーのコンソメ煮 バナナ	ご飯 鶏肉のオレンジソースかけ 空豆のドレッシング和え 春雨ソテー 白桃缶	ご飯 ツナオムレツ ほうれん草のおかか和え ひじきの炒り煮 キウイ	麦ご飯 赤魚の塩焼き とろろ キャベツの野菜炒め 黄桃缶	ご飯 ミックスフライ トマトサラダ 白菜とはんぺん煮 西洋なし缶	ご飯 ポークソテー レタスと玉ねぎのサラダ さつま芋のレモン煮 りんご



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年7月 献立表



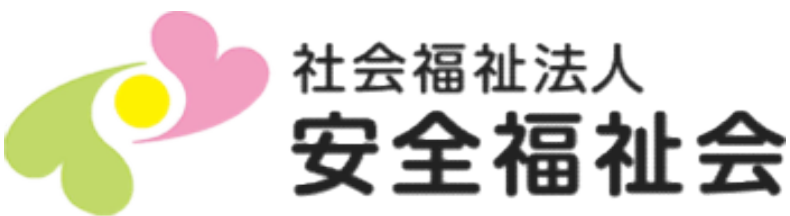
	8	9【昼食選択日】	10	11	12	13	14
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのゴマ油炒め 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 キャベツの中華炒め	カルシウムご飯 味噌汁 キャベツの中華炒め 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ナスのベーコン煮 牛乳 のり佃煮	麦ご飯 味噌汁 がんもと昆布煮 ジョア 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 ブロッコリーのクリーム煮 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 麩と野菜の煮つけ 牛乳 しば漬け
昼食	ご飯 メバルのきのこあんかけ きゅうりとハムの酢の物 じゃが芋煮 キウイ	①親子丼 ②焼肉丼 味噌汁 絹さやのピーナッツ和え パイン缶	ご飯 酢鶏 切干大根の和え物 いんげん煮 オレンジ	サンドイッチ ミネストローネ アスパラサラダ メンチカツ いちごヨーグルト	ご飯 豚の生姜焼き ほうれん草の海苔酢和え 金時豆の甘煮 西洋なし缶	シラスとシソの混ぜご飯 醤油ラーメン 蒸しシュウマイ オレンジ	ご飯 タラのチリソース煮 きゅうりナムル 厚揚げ煮 バナナ
3時	蒸しパン	フルーチェ		おはぎ	ブラウニー	やわらかおかき	チョコワッフル
夕食	ご飯 厚揚げのみそ炒め カリフラワーとカニのサラダ ごぼうの卵とじ みかん缶	ご飯 メルルーサの梅肉焼き 冷奴 青梗菜と竹輪の煮浸し バナナ	ご飯 エビの塩だれ炒め セロリのツナマヨ和え あげ天煮 白桃缶	ご飯 サバの煮つけ もやしのゆかり和え かぼちゃソテー りんご	ご飯 鶏団子と野菜の煮込み 長いもとなめこのわさび和え パプリカの甘辛炒め キウイ	ご飯 豆腐の肉みそかけ さつま芋のピーナッツ和え しいたけ煮 パイン缶	ご飯 巣ごもり卵 枝豆サラダ 人参金平 アセロラゼリー



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年7月 献立表



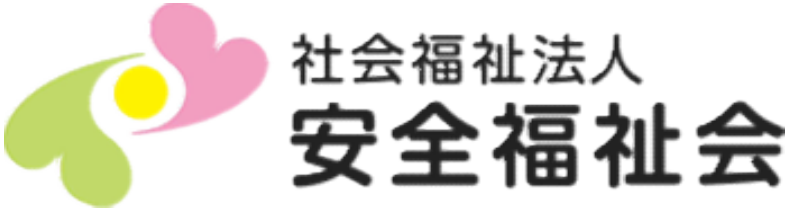
	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 炒り豆腐 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラとコーンの炒め物 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 長いもの煮物 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 白菜のゴマ酢和え 牛乳 桜漬け	麦ご飯 味噌汁 冬瓜煮 ジョア ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃのいとし煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ほうれん草の煮浸し 牛乳 Caふりかけ
昼食	ポークカレー 海藻サラダ マカロニのツナ煮 福神漬け デザートムース(ぶどう)	ご飯 鶏肉の茗荷炒め いんげんの中華和え はんぺんのタラコ焼き キウイ	ご飯 蒸し魚(鮭)のタルタルソースかけ トマトとオクラのポン酢和え 山菜煮 オレンジ	ご飯 洋風卵焼き ひじきサラダ 空豆煮 パイン缶	えびピラフ コーンスープ グリーンサラダ ジャーマンポテト みかん缶	ご飯 ①ブリの照り焼き ②鶏のから揚げ ピーマンと卵サラダ セロリの金平風 りんご	ご飯 肉団子の甘酢あん キャベツの大葉和え さつま芋のオレンジ煮 西洋なし缶
3時	たい焼き	抹茶ゼリー		わらび餅	ロールケーキ	クレープ	ほうじ茶プリン
夕食	ご飯 カレイの蒲焼き 小松菜のきのこ和え 冬瓜のカニあんかけ りんご	ご飯 南瓜コロッケ カリフラワーのマリネ なす煮 黄桃缶	牛肉ときのこの混ぜご飯 豆腐ステーキ(梅ソース) キャベツの昆布和え 玉ねぎのしぐれ煮 西洋なし缶	ご飯 太刀魚の卸煮 青梗菜のお浸し きのこソテー スイカ	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め もやしの辛子和え 高野豆腐煮 バナナ	ご飯 すき焼き風煮 絹さやの生姜和え ビーフンソテー 白桃缶	ご飯 鰯の和風ムニエル レタスと海苔のサラダ ズッキーニのベーコン炒め キウイ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年7月 献立表



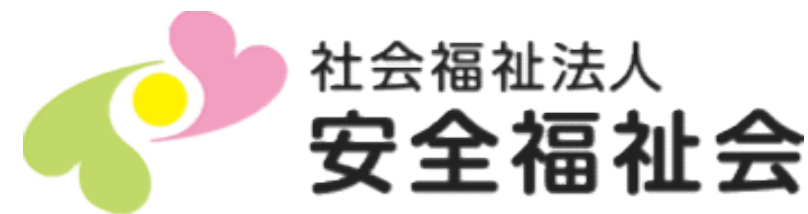
	22	23	24	25	26	27	28【誕生会】
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 チーズスクランブルエッグ 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 あげ天の野菜あんかけ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 空豆と竹輪煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンの甘辛炒め 牛乳 たいみそ	麦ご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 ジョア たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 白花豆の甘煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 いんげん煮 牛乳 野沢菜漬け
昼食	鮭ご飯 ささみ冷やしうどん ナスのゴマ和え 黄桃缶	うな井 吸い物 冬瓜のめかぶ和え 和菓子	ご飯 赤魚のそぼろあんかけ 大根サラダ ゴーヤの金平風 バナナ	ご飯 鶏の磯焼き 小松菜と大豆の和え物 はんぺん煮 りんご	タコライス わかめスープ もやしナムル デザートムース(オレンジ)	ご飯 豚肉とニラ玉炒め カリフラワーのゆかり和え 長いものホタテあんかけ 黄桃缶	赤飯 天ぷら 茶わん蒸し きゅうりと茗荷の酢の物 筑前煮 スイカ
3時	いももち	ホットケーキ		アイスクリーム	水ようかん	パナコッタ	バームクーヘン
夕食	ご飯 八宝菜 里芋サラダ 舞茸の中華炒め ミルクゼリー	ご飯 揚げ出し豆腐 ブロッコリーのツナ和え れんこんと豚肉煮 オレンジ	ご飯 卵袋煮 きのこのポン酢和え いんげんのバター醤油炒め パイン缶	ご飯 シイラの野菜田楽 春雨の酢の物 玉ねぎと桜エビの塩炒め 白桃缶	ご飯 肉じゃが アスパラのタラコ和え キャベツソテー キウイ	ご飯 アジのおきな煮 白菜のゴママヨネーズ和え 厚揚げの生姜炒め バナナ	ご飯 蒸し鶏 豆腐サラダ ナスの煮浸し みかん缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年7月 献立表



	29	30	31				
	金	土	日				
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 きのこのレモンソテー 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋の金平 牛乳 桜漬け				
昼食	ご飯 サバの大葉焼き 人参マリネ ぜんまい煮 パイン缶	パン クリームスパゲティ 野菜スープ 青梗菜サラダ フルーツゼリー	ご飯 鶏肉の五目煮 ほうれん草のおかか和え 空豆ソテー りんご				
3時	フルーツ白玉	黒糖まんじゅう					
夕食	ハヤシライス エビとアボカドサラダ 切干大根煮 フルーツヨーグルト	ご飯 鮭のゴマ塩焼き オクラとささみの辛子和え かぼちゃの昆布煮 オレンジ	ご飯 ゴーヤチャンプルー トマトときのこのドレッシング和え がんもの含め煮 西洋なし缶				



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。