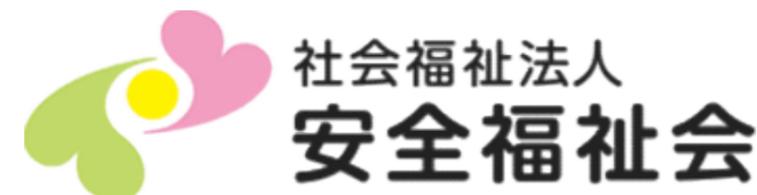




令和7年7月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンのしぐれ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ごぼうの甘辛炒め 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 里芋のりまぶし 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 なすの含め煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきのツナ煮 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げの生姜炒め 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 じゃが芋のコンソメ煮 牛乳 野沢菜漬け
昼食	五目いなり寿司 とろろそば 小松菜のツナ和え りんご	ご飯 鱈のピカタ レタスときゅうりのサラダ 高野豆腐煮 オレンジ	ご飯 鶏のオレンジ煮 カリフラワーのゴマ和え もやしとハムのソテー 黄桃缶	タコライス 卵とわかめのスープ アスパラサラダ デザートムース(りんご)	ご飯 赤魚の粕煮 ほうれん草のなめたけ和え さつま芋金平 みかん缶	ご飯 親子煮 トマトときのこのドレッシング和え ピーマンソテー りんご	黒米ご飯 七夕そうめん キャベツのゆかり和え キスの天ぷら 七夕ゼリー
3時	蒸しパン	おはぎ	シフォンケーキ	たこ焼き	ババロア		チョコワッフル
夕食	ご飯 豚肉の梅肉炒め 枝豆サラダ 大根とあげ天煮 白桃缶	ご飯 和風ハンバーグ いんげんの生姜和え じゃがいもとコーンの炒め物 ミルクゼリー	ご飯 太刀魚の照り焼き きのこの昆布和え 青梗菜の中華煮 バナナ	ご飯 揚げ豆腐の野菜あんかけ かぼちゃのピーナッツ和え キャベツのゴマ油炒め キウイ	ご飯 牛肉のポン酢炒め スパゲティサラダ 冬瓜煮 バナナ	ご飯 カレーの大葉焼き ブロッコリーのおかか和え うずら豆の甘煮 白桃缶	ご飯 豚肉の甘辛煮 もやしの辛子和え 小松菜の塩炒め オレンジ



※ 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7年7月 献立表



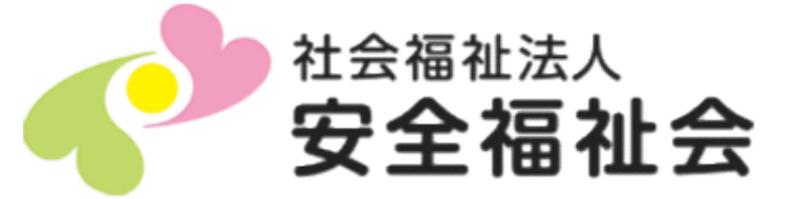
	8	9	10	11	12	13	14
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 切干大根煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 はんぺん煮	カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ほうれん草とソーセージ炒め 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 いんげんソテー 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 炒り豆腐 牛乳 Caふりかけ
昼食	ご飯 肉団子の中華風煮 焼きナス アスパラの醤油炒め キウイ	オムライス コンソメスープ 海藻サラダ ブルーベリーヨーグルト ②ホットケーキ	ご飯 鮭の黄金焼き 青梗菜のナムル 玉ねぎのしぐれ煮 バナナ	ご飯 すき焼き風煮 冬瓜のもずく和え セロリの中華炒め オレンジ ②天井、味噌汁	チャーハン 春雨スープ きゅうりとツナのサラダ 蒸しカニしゅうまい 杏仁豆腐	ご飯 回鍋肉 小松菜の酢の物 さつま芋の甘煮 みかん缶	シーフードカレー もやしサラダ ゆで卵 福神漬け フルーツポンチ
3時	ハニーレモンケーキ	シュークリーム	よもぎまんじゅう	メロンゼリー	フレンチトースト		やわらかおかき
夕食	ご飯 サバの西京焼き 冷奴 里芋といんげん煮 みかん缶	ご飯 えびのオイスターソース炒め 白菜の大葉和え かぼちゃのいとこ煮 りんご	ひじきご飯 厚揚げのそぼろあんかけ さつま芋の卸和え ピーマンのじゃこ炒め 黄桃缶	ご飯 鱈の棒棒鶏ソース カリフラワーのクルミ和え あげ天煮 白桃缶	ご飯 鶏のバジル焼き 里芋のずんだ和え 舞茸の炒り煮 キウイ	ご飯 魚(メルルーサ)のチリソースかけ 大豆サラダ なす煮 バナナ	ご飯 牛肉の生姜炒め キャベツのタラコ和え 大根のカニあんかけ 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7年7月 献立表



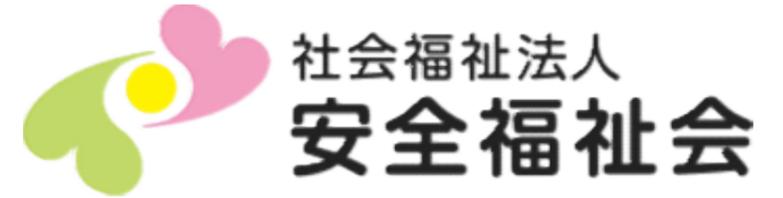
	15	16	17	18	19	20	21
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 ブロッコリーのコンソメ煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 金時豆の甘煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしとハムの炒め物 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 切干大根煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋金平 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 しいたけ煮 牛乳 青かつぱ
昼食	ご飯 魚(シイラ)の和風ソテー パプリカの中華和え かぼちゃのレモン煮 オレンジ ②天津飯、スープ	パン アスパラとベーコンのスパゲティ コーンスープ ネバネバサラダ 野菜ジュースゼリー	ご飯 鶏と冬瓜の翡翠煮 きのこのポン酢和え はんぺんの磯焼き バナナ	ご飯 めばるのゆかり焼き なすのゴマ和え 厚揚げ煮 みかん缶	うな井 吸い物 ほうれん草のとろろがけ スイカ	ご飯 八宝菜 カリフラワーのマヨネーズ和え ゴーヤのツナ炒め オレンジ	ご飯 ①サバのみそ煮 ②チキン南蛮 もやしの黒ゴマ和え キャベツのカレー炒め キウイ
3時	ロールケーキ	白玉あんみつ	黒ゴマプリン	ホットケーキ	どら焼き		アイスクリーム
夕食	ご飯 ミックスフライ トマトときのこのドレッシング和え 人参金平 黄桃缶	ご飯 ぶりの煮付け 白菜のわさび和え 青梗菜とビーフン炒め キウイ	ご飯 巣ごもり卵 いんげんのナッツサラダ 里芋のみそ煮 白桃缶	ご飯 豚じゃが ひじきマリネ ピーマンソテー りんご	ご飯 牛肉のトマト煮 アスパラの昆布和え 玉ねぎと桜エビの塩炒め 黄桃缶	ご飯 魚(ホキ)のチーズ焼き レタスの和風サラダ 高野豆腐煮 抹茶ゼリー	ご飯 エビの中華風炒め 小松菜の海苔和え かぼちゃの含め煮 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7年7月 献立表



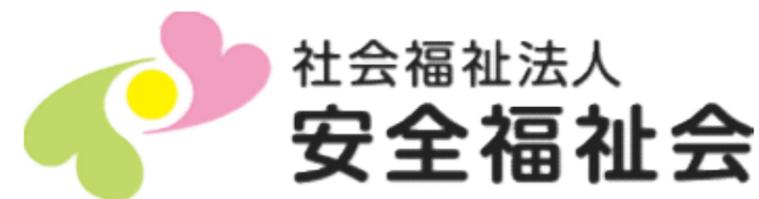
	22	23	24	25	26	27	28
	火	水	木	金	土	日	月
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 あげ天と野菜あんかけ 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラのレモンソテー 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのホタテあんかけ 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎとカニの塩炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 桜漬け
昼食	炊き込みおこわ 揚げ出し豆腐 めかぶ和え 冬瓜のくず煮 白桃缶	ご飯 豚肉の茗荷炒め ピーマンの中華和え がんもと糸切昆布煮 りんご	ちらし寿司 茶わん蒸し 青梗菜のお浸し 里芋の湯葉あんかけ メロン	わかめご飯 梅ささみうどん キャベツのツナ和え 白桃缶	ご飯 赤魚の塩焼き ほうれん草の辛子和え きのこのしぐれ煮 バナナ	ご飯 麻婆豆腐 きゅうりナムル なすソテー みかん缶	ご飯 鶏のマスタード焼き 人参のピーナッツ和え 小松菜とコーンの炒め物 ピーチゼリー
3時	小豆の浮き島	フルーツゼリー	ドームケーキ	くずまんじゅう	クレープ		ミルクもち
夕食	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き トマトと海藻サラダ ナスのベーコン煮 バナナ	ご飯 スペイン風オムレツ ブロッコリーのクルミ和え 白菜のコンソメ煮 いちごヨーグルト	ご飯 鱈の生姜煮 いんげんのドレッシング和え 厚揚げの甘辛炒め 黄桃缶	ご飯 豚肉のゴマだれ焼き もやしの酢の物 さつま芋の甘煮 オレンジ	夏野菜カレー マカロニサラダ 福神漬け デザートムース(ぶどう)	ご飯 魚(カレイ)のポン酢かけ 卵サラダ かぼちゃのバター醤油炒め キウイ	ご飯 ピーマンの肉詰めフライ アスパラのドレッシング和え はんぺんのチーズ焼き 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7年7月 献立表



	29	30	31				
	火	水	木				
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 いんげん煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 青梗菜の中華あんかけ 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 ふりかけ				
昼食	サンドイッチ トマトとオクラのスープ チキンサラダ エビカツ フルーツヨーグルト	ご飯 鱈の南蛮漬け ブロッコリーのゴマ和え 白花豆の甘煮 白桃缶	シラスとしその混ぜご飯 冷やし中華 蒸ししゅうまい スイカ				
3時	みたらし団子	マドレーヌ	水ようかん				
夕食	ご飯 牛肉と里芋の炒め煮 キャベツのしば漬け和え 舞茸と竹輪炒め 黄桃缶	ご飯 ゴーヤチャンプルー 枝豆サラダ じゃが芋金平 オレンジ	ご飯 太刀魚の野菜あんかけ なすの香味和え 冬瓜煮 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。