

7月

献立表

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
昼食	ご飯 ◎サーモンフライ ◎チキンのマスタード焼 角麩の煮物 春雨サラダ 味噌汁 パイン(生)	ご飯 ◎豆腐の味噌チーズ焼き ◎海老の柚子胡椒炒め 青梗菜といかの炒め物 いんげんの辛子醤油和え すまし汁 フルーチェぶどう	お祝い膳 	ご飯 ◎ポークチャップ ◎白身魚のムニエル ポトフ 蓮根の明太マヨ和え 豆乳スープ フルーツミックス缶	ご飯 ◎肉豆腐 ◎ほっけのもろみ焼き さつま芋のレモン煮 三つ葉と蒲鉾の和え物 すまし汁 みかん缶	ご飯 ◎白身魚のフリッター ◎チキンステーキ ほうれん草のクリーム煮 水菜とハムのサラダ コンソメスープ いちごヨーグルト	七夕行事食 
昼食	ご飯 ◎豚の角煮 ◎白身魚のバター醤油焼き 春雨の炒め物 ひじきとツナの和え物 すまし汁 黄桃缶	◎冷やし中華 ◎きしめん 焼きさつま揚げ キャベツと海老の胡麻和え 洋梨缶	ご飯 ◎鶏天 ◎メヌケの煮付け 炒り豆腐 もずく酢 かきたま汁 オレンジ	◎デミソースハンバーグ ◎カレーライス ほうれん草とベーコンのソテー ごぼうサラダ オニオンスープ フルーチェメロン	ご飯 ◎アジの山椒焼き ◎八宝菜 焼売 くらげの中華和え 生姜のスープ 杏仁豆腐	ご飯 ◎麻婆豆腐 ◎油淋鶏 ビーフン炒め ぜんまいナムル 中華スープ パイン缶	ご飯 ◎鱈のタルタル焼き ◎肉団子のクリーム煮 いんげんと鶏のソテー オクラの和え物 コンソメスープ 白桃缶
昼食	ご飯 ◎鶏のから揚げ ◎白身魚のムニエル ジャーマンポテト 水菜と帆立のサラダ 枝豆ポタージュ フルーツミックス缶	◎カレーうどん ◎とろろそば なすの中華煮 キャベツのじゃこ和え みかん缶	寿司三昧 	ご飯 ◎白身魚フライ ◎鶏肉の柚子胡椒焼き 長芋の白煮 蓮根の梅和え けんちん汁 メロン	お楽しみ食 	ご飯 ◎鶏ちゃん炒め ◎鮭の塩焼き 青梗菜と海老の煮物 錦糸サラダ すまし汁 キウイヨーグルト	ご飯 ◎スパニッシュチースオムレツ ◎シーフードシチュー ほうれん草とコーンのソテー フレンチサラダ コンソメスープ 黄桃缶
昼食	ご飯 ◎揚げ出し豆腐 ◎ぶりの照り焼き 金平牛蒡 なます かきたま汁 すいか	ご飯 ◎豚肉のしぐれ煮 ◎白身魚の胡麻焼き 卵の花 ひじきとツナの和え物 味噌汁 フルーチェパイン	土用の丑の日 	◎キーマカレー ◎ハヤシライス 野菜コロッケ アボカドとトマトの和え物 オニオンスープ 洋梨缶	ご飯 ◎鶏肉の塩麹漬け焼き ◎ホキの野菜あんかけ 山菜とツナの煮物 玉子豆腐 味噌汁 バナナ	ご飯 ◎和風ハンバーグ ◎穴子の柳川煮 大豆の田舎煮 にらともやしの和え物 味噌汁 アロエヨーグルト	ご飯 ◎牛すき煮 ◎アジの梅肉焼き 里芋といかの煮物 あさりのぬた和え すまし汁 白桃缶
昼食	ご飯 ◎豚肉の生姜炒め ◎鱈の煮付け ひじきと角麩の煮物 オクラの和え物 味噌汁 みかん缶	バイキング 	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 冬瓜の翡翠煮 アボカドとささみの和え物 味噌汁 バナナ				

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士

