



2023 7月献立表

令和5年

1日	雑炊 ししやも 湯葉和え 漬物 ヤクルト
御飯	金目鯛のおろし煮 付け合わせ 肉じゃが風 和え物 漬物 お吸い物
御飯	鶏肉の梅しそ焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 かに風味和え 煮豆 味噌汁

	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 漬物 牛乳	パン パンキンスープ ウィンナーと野菜のソテー 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 高野たまご巻のあんかけ ごま和え 漬物 ヤクルト
昼	カレー風味ピラフ はんぺんのフライ 大根と貝柱のサラダ 青りんごゼリー ワントンスープ	そうめん(冷) つゆ おにぎり あじフライ 辛子和え フルーツポンチ	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ かぶの海老あんかけ おなか和え 煮豆 味噌汁	三色丼 コロケ マカロニサラダ フルーツ(季節フルーツ) お吸い物	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) 肉じゃが ごま和え 漬物 味噌汁	<松花堂弁当> ちらし寿司 くわ焼き 天ぷら 天つゆ 焼きなす ポテトサラダ 茶碗蒸し フルーツ 七夕ゼリー お吸い物	御飯 牛肉と野菜の中華炒め 豆腐ののろかけ しらす和え フルーツ 味噌汁
夕	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ れんこんの味噌炒め お浸し 漬物 お吸い物	御飯 さわらのもろみ焼き 付け合わせ そばろ煮 梅肉和え 漬物 かきたま汁	ひじき御飯 ぶりの幽庵焼き 付け合わせ ソテー 酢味噌和え フルーツ お吸い物	御飯 バサのレモン蒸し 里芋とひじき煮物 もやしの生姜醤油和え 煮豆 味噌汁	御飯 八宝菜 餃子 春雨の酢の物 漬物 中華スープ	御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ 含め煮 しらたきの真砂和え 漬物 味噌汁	御飯 さばのグリンソスかけ 付け合わせ 茄子の煮物 酢の物 漬物 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おなか和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししやも ごま和え 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ フィッシュソセージと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 魚の塩焼き お浸し 漬物 ヤクルト
昼	御飯 揚鶏の香味ソースかけ 付け合わせ 南瓜のそばろ煮 わさび和え ぶどうゼリー 味噌汁	御飯 さばのみそ煮 付け合わせ ひじきの煮物 和え物 漬物 お吸い物	ぶっかけとろろそば(冷) おにぎり コロケ おなか和え オレンジゼリー	御飯 野菜炒め 茄子の揚げ浸し 菜種和え 味噌汁	御飯 たらの磯辺揚げ 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ごま和え 漬物 味噌汁	★名湯だより タレカツ丼 いかと里芋の煮物 きのこと枝豆のポン酢和え デザート(ポッポ焼き) スキージ	御飯 豚肉の柳川風 ジャーマンポテト ツナ和え 漬物 味噌汁
夕	御飯 あじのマヨネーズ焼き 付け合わせ レコンとがんもの煮物 なます 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉の南蛮漬 きんぴらレコン 南瓜サラダ フルーツ 味噌汁	御飯 鶏肉の和風ムニエル 付け合わせ じゃこじゃが 中華和え 漬物 お吸い物	菜飯 赤魚の梅煮 付け合わせ しめじと糸こんにの卵とじ 酢味噌和え 煮豆 お吸い物	御飯 鶏肉の照り焼き 付け合わせ 南瓜の含め煮 もずくの生姜酢 漬物 お吸い物	御飯 豆腐とれんこんのつくね焼き 付け合わせ ピーンソテー もやしの生姜醤油和え 煮豆 味噌汁	御飯 メヌケの生姜煮 付け合わせ 野菜炒め 酢の物 フルーツ お吸い物
朝	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 高野たまご巻のあんかけ 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 味付けのり 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 玉葱の卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ 金平ごぼう なめたけ和え 煮豆 味噌汁	ハヤシライス エビフライ マカロニサラダ ピーチゼリー わかめスープ	きしめん(温) だし おにぎり 冷奴 しらす和え フルーツポンチ	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ 里芋の煮物 白和え 漬物 わかめスープ	御飯 たらの香味ソースかけ 付け合わせ 卵とじ ごま和え 漬物 味噌汁	焼きそば おにぎり ナムル ぶどうゼリー ワントンスープ	マーボー丼 春巻 スバゲティーサラダ フルーツ かきたま汁
夕	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 卵とじ ひじきの白和え 漬物 お吸い物	御飯 あじの南蛮漬 そばろ煮 ピーナツ和え 漬物 味噌汁	御飯 豚肉の香草焼き 付け合わせ 茄子の煮物 春雨の酢の物 煮豆 味噌汁	御飯 赤魚の生姜煮 付け合わせ レコンのきんぴら 和え物 漬物 お吸い物	十五穀米御飯 豚肉のもろみ焼き 付け合わせ じゃこじゃが なます フルーツ お吸い物	御飯 あじの青のりピカタ 付け合わせ ふるふき大根 南瓜サラダ 漬物 お吸い物	<バイキング>
朝	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 和え物 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 おなか和え ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 切干大根煮 おなか和え ふりかけ 牛乳	パン パンキンスープ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししやも 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 八宝菜 磯辺揚げ豆腐 中華風和え 漬物 わかめスープ	御飯 あじのグリンソスかけ 付け合わせ 豆そばろの炒り煮 菜種和え 煮豆 味噌汁	流しそうめん つゆ おにぎり かき揚げとちくわの磯辺揚げ オレンジゼリー	カレーライス 漬物 コロケ プロコロのヘルシーサラダ 杏仁フルーツ	御飯 松風焼き 付け合わせ ジャーマンポテト なます 煮豆 お吸い物	冷やし中華 おにぎり 春巻き ナムル フルーツ	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ゆかり和え フルーツ 味噌汁
夕	御飯 メヌケの長芋蒸し レコンと角揚げの煮物 酢の物 煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉のマスタード焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 もずくの生姜酢 漬物 お吸い物	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 糸こんにやくの炒り煮 和え物 漬物 味噌汁	御飯 鶏肉の唐揚げ 付け合わせ 筑前煮 中華風和え物 フルーツ 味噌汁	御飯 ぶりの幽庵焼き 付け合わせ いか大根 ごま和え 漬物 味噌汁	菜飯 さけのバター醤油焼き 付け合わせ しらたきの真砂和え 金平ごぼう 漬物 味噌汁	御飯 豚肉と野菜のみそ炒め しめじと糸こんにの卵とじ 酢の物 漬物 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 かに風味和え ふりかけ 牛乳
昼	うなぎちらし寿司 筑前煮 ごま和え フルーツ お吸い物	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー	冷やしぶっかけうどん おにぎり はんぺんフライ 梅肉和え マスカットゼリー
夕	御飯 チキン南蛮(タルタルソースかけ) 付け合わせ 南瓜の含め煮 もずくの生姜酢 煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物	御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 五目ひじき ピーナツ和え 漬物 お吸い物

都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。
あらかじめご了承ください。

