

献立表

現場：さんとおば様原
献立種類：常食（個別献立）
期間：2025/7/1～2025/7/31

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食			パンセツト スパゲティサラダ 牛乳 パン缶	パンセツト チンゲン菜炒め煮 ヨーグルト りんご缶	パンセツト 菜の花とキャベツお浸し 牛乳 白桃缶	ロールパン マカロニサラダ 牛乳 パン缶	パンセツト スクランブルエッグ ヨーグルト 黄桃缶
昼食			ごはん 鯖の天ぷら ソース焼きそば 味噌汁 白桃缶	ごはん 鶏肉のマヨ焼き キャベツの卵とじ 清汁 洋梨缶	ごはん さばの味噌煮 ポテトサラダ 清汁 黄桃缶	五目ごはん あじフライ 里芋の煮っころがし すまし汁 白桃缶	ごはん 筑前煮 煮豆 清汁 みかん缶
夕食			ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え 二色饅頭 緑茶	赤魚の野菜餡かけ 里芋の柚子みそ煮 ロールキャベツ 抹茶ようかん 緑茶	豆腐バーグ野菜あんかけ 小松菜和え さつま芋サラダ バームクーヘン 緑茶	スペイン風玉子焼き 菜種和え なすのおろし煮 青りんごゼリー 緑茶	豚の味噌炒め 高野の煮物 紅白煮 水ようかん 緑茶
3時							
朝食	パンセツト ブロッコリーの卵あん とじ 牛乳 洋梨缶	パンセツト キャベツサラダ 牛乳 黄桃缶	パンセツト スパゲティ 牛乳 リンゴ缶	パンセツト いんげんおなか和え ヨーグルト パン缶	パンセツト 里芋の野菜あんかけ 牛乳 りんご缶	パンセツト かぼちゃのごま和え 牛乳 白桃缶	パンセツト スクランブルエッグ ヨーグルト 黄桃缶
昼食	ごはん 鶏の塩焼き 揚げ茄子煮ひたし 味噌汁 みかん缶	ごはん 散らし寿司 わらの梅和え 清汁 洋ナシ缶	ごはん 豚しょうが焼き ポテトサラダ コンスープ ミカン缶	ごはん かに玉風オムレツ インゲンのマヨ和え 味噌汁 白桃缶	ごはん ホキのマヨ焼き 青梗菜お浸し かき卵スープ フルーツ缶	ごはん 赤魚の天ぷら 高野の煮物 味噌汁 黄桃缶	ごはん 麻婆豆腐 煮豆 ごま和え ほうれん草のごま和え みかん缶
夕食	ごはん アジの塩焼き 煮やっこ 菜の花菜種和え	ごはん 鰯の煮付け 小松菜和え さといも土佐煮 ゼリー 緑茶	ごはん 白身魚のフライ スープ煮 春雨ごま和え ココアワッフル 緑茶	ごはん 揚げ出し豆腐 パンキンサラダ ブロッコリーのサラダ さつまいもカップケーキ 緑茶	ごはん 豚のきのこ炒め ごまドレ和え 炒り豆腐 杏仁豆腐 緑茶	ごはん 豚の卵とじ 煮付け 小松菜の和え物 ワッフル 緑茶	ごはん 麻婆豆腐 煮豆 ごま和え 紅白饅頭 緑茶
3時							
朝食	パンセツト 高野豆腐の玉子とじ 牛乳 白桃缶	パンセツト ブロッコリーのツナ和え 牛乳 黄桃缶	パンセツト ナポリタンペンネ 牛乳 白桃缶	パンセツト スクランブルエッグ ヨーグルト 洋梨缶	パンセツト じゃが芋のきんぴら 牛乳 黄桃缶	ロールパン キャベツとハムの中巻和え 牛乳 白桃缶	パンセツト スパゲティサラダ ヨーグルト 黄桃缶
昼食	ごはん サワラのかば焼き 白菜の中華煮 味噌汁 フルーツ缶	ごはん 煮込みハンバーグ 夏野菜のマリネ コンソメスープ みかん缶	ごはん かばの竜田揚げ 厚焼き玉子 清汁 パン缶	ごはん 白身魚の天ぷら ゴマサラダ 味噌汁 白桃缶	ごはん 筑前煮 ツナサラダ 味噌汁 みかん缶	ごはん 焼肉風炒め物 マカロニグラタン コンソメスープ 洋梨缶	ごはん 鰻井 冬瓜水晶煮 茶碗蒸し 漬物 みかん缶
夕食	ごはん 八宝菜 煮付け かぼちゃ煮 ようかん 緑茶	ごはん 親子煮 はんぺん磯部揚げ 焼き茄子胡麻和え アイスクリーム ゼリー 緑茶	ごはん とり天 野菜煮 しろなのお浸し 水ようかん 緑茶	ごはん 豚肉とキャベツのみそ炒め 大豆と野菜の煮物 オクラのドレッシング和え 杏仁豆腐 緑茶	ごはん ササミフライ わらの梅和え 小松菜のソテー メープルケーキ 緑茶	ごはん 洋風玉子焼き 煮浸し 中華スープ煮 バームクーヘン 緑茶	ごはん サバの塩焼き 煮付け 煮豆 アイスクリーム 緑茶
3時							
朝食	パンセツト キャベツの胡麻サラダ 牛乳 パン缶	パンセツト 高野豆腐の玉子とじ 牛乳 黄桃缶	パンセツト スクランブルエッグ 牛乳 洋梨缶	パンセツト ブロッコリーのツナ和え ヨーグルト パン缶	ロールパン スパゲティサラダ 牛乳 りんご缶	パンセツト さつま芋サラダ 牛乳 白桃缶	パンセツト マカロニサラダ ヨーグルト 白桃缶
昼食	ごはん 鶏と根菜の煮物 煮豆 清汁 みかん缶	ごはん シーフードピラフ ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ缶	ごはん 味噌カツ 冬瓜水晶煮 冷やうどん オレング	ごはん 鯖の天ぷら ソース焼きそば 味噌汁 白桃缶	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 揚げ茄子のおろし餡かけ すまし汁 パン缶	ごはん 白身フライ わらの梅和え 味噌汁 洋梨缶	ごはん オムライス ポテトサラダ ミネストローネ リンゴ缶
夕食	ごはん スタミナ焼き 千切煮 かぼちゃサラダ 抹茶饅頭 緑茶	ごはん 魚の香草チーズ焼き スープ煮 かわりや和え コーヒーゼリー 緑茶	ごはん 幽庵焼き（鯖） 小松菜の和え物 ごまドレ和え くずまんじゅう 緑茶	ごはん 豚の味噌煮 高野の煮物 玉ねぎの和え物 桃ゼリー 緑茶	ごはん 鶏照り焼き 五目豆 ツナ和え 芋羊羹 緑茶	ごはん 豚しょうが焼き 煮奴 菜種和え 今川焼き 緑茶	ごはん 幽庵焼き ほうれん草胡麻和え 筑前煮 カステラ 緑茶
3時							
朝食	パンセツト ナポリタンペンネ 牛乳 みかん缶	パンセツト さつま芋サラダ 牛乳 白桃缶	パンセツト スクランブルエッグ 牛乳 洋梨缶	パンセツト じゃが芋のきんぴら ヨーグルト パン缶	パンセツト インゲンおなか和え 牛乳 りんご缶	 2025年の 土用 丑の日 は7月19日です！ 土用丑の日は、日本の伝統的な暦において、土用の期間中に巡ってくる「丑の日」のことです。この日は昔からうなぎを食べる習慣があり、特に江戸時代に広まりました。「丑」は十二支の一つで、土用は季節の変わり目を示す期間です。 このため、土用丑の日は、特に夏の暑い時期に体力をつけるためにうなぎを食べる日として知られています。	
昼食	ごはん 鯖の天ぷら ソース焼きそば 味噌汁 白桃缶	ごはん 鶏肉のマヨ焼き キャベツの卵とじ 清汁 洋梨缶	ごはん 鶏の卵とじ パンキンサラダ 清汁 黄桃缶	ごはん あじフライ 茄子の煮浸し 味噌汁 リンゴ缶	ごはん 林の味噌煮 ポテトサラダ 清汁 黄桃缶		
夕食	ごはん 五目卵焼き インゲンベーコン炒め 青梗菜の和え物 ロールケーキ コーヒー	ごはん 赤魚の野菜餡かけ 里芋の柚子みそ煮 ロールキャベツ 抹茶ようかん 緑茶	ごはん 八宝菜 シュウマイ カレーマヨ和え バームクーヘン 緑茶	ごはん 五目卵焼き インゲンベーコン炒め 青梗菜の和え物 杏仁豆腐 緑茶	ごはん 豆腐バーグ野菜あんかけ 小松菜和え さつま芋サラダ どら焼き 緑茶		
3時							

※ 材料の納入の都合により、献立が変更する事があります。