



7月の献立



	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)
朝食	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(しめじ) のり佃	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) おかかふりかけ	☆厚揚げの煮物 五目雑炊 味噌汁(わかめ)	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆だし巻き卵 ご飯 味噌汁(麩) ビーフふりかけ
昼食	赤飯 鯖の塩焼き ほうれん草のたらこ煮 もやしの胡麻酢和え 味噌汁(麩) オレンジゼリー	牛丼 麩の玉子とじ ブロッコリーサラダ 味噌汁(わかめ) パイン缶	ご飯 タンドリーチキン 小松菜の煮物 大根サラダ ミネストローネ プリン	ご飯 ポークピカタ 大豆煮豆 じゃこピーマン 味噌汁(麩) みかん缶	ご飯 白身魚のチーズ焼き れんこんのそぼろ味噌炒め いんげんのマスタード和え コンソメスープ(玉ねぎ) 黄桃缶	シーフードカレーライス なすの炒め物 トマトサラダ 白桃缶	七夕そうめん 鰻の天ぷら ほうれん草の和え物 七夕ゼリー 
夕食	ご飯 鶏団子と野菜の煮物 里芋の煮っ転がし 菊菜の和え物 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース キャベツのソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 白身魚のねぎソース ひじきの煮物 もやしのゆかり和え 中華スープ(しめじ) 紀ノ川漬け	ご飯 鯖の味噌煮 なすの土佐煮 白菜の和え物 味噌汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 豚肉の辛子醤油炒め ふろふき大根 ほうれん草のお浸し 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 カレーの梅煮 切り干し大根の煮物 ポテトサラダ 清汁(とろろ昆布) 柴漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 チンゲン菜のソテー もやしのわさび酢和え 中華スープ(しめじ) 高菜漬け
15時	ココア蒸しパン ピーチムース	バウムクーヘン いちごゼリー	バナナカステラ バニラババロア	カカオケーキ 抹茶ゼリー	鯛饅頭 チョコババロア	チョコパイ 抹茶ババロア	鈴カステラ いちごババロア

☆ミツバ・バジル
七夕ゼリー

☆シナモン・セージ
ババロア

☆ジャスミン・パセリ
たい焼き

☆シナモン・セージ
アイスクリーム



7月の献立



	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)
朝食	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) おかかふりかけ	☆煮奴 しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) ビーフふりかけ	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼食	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め じゃがいもきんぴら きゅうりのゆかり和え 清汁(麩) ミックス缶	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き 大根の炒めなます ひじきサラダ 清汁(えのき) ヨーグルト	ご飯 さんまの梅煮 しらたきのピリ辛炒め なすの生姜和え 味噌汁(麩) 白桃缶	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ 白菜の煮物 アスパラサラダ 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 鮭の南蛮漬け チンゲン菜の煮物 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(えのき) みかん缶	ご飯 デミグラスハンバーグ ブロッコリーソテー 人参のマスタード和え コンソメスープ(玉ねぎ) 黄桃缶 	ご飯 八宝菜 もやしの中華炒め 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト
夕食	ご飯 鮭の南部焼き かぼちゃのはちみつレモン煮 おくらの辛子和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鱈の照焼き 五目野菜煮 カリフラワーサラダ 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 チキンカツ 冬瓜のくず煮 菊菜のツナ和え 味噌汁(わかめ) かっぱ漬け	ご飯 ミートオムレツ 蒸ししゅうまい ほうれん草のカニカマ和え コンソメスープ(玉ねぎ) 刻みたくあん	ご飯 大根と豚肉の煮物 ささがきごぼうの炒め物 きゅうりのピリ辛和え 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 鯖の柚子焼き かぼちゃの煮物 いんげんの胡麻和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 白身魚の紅葉焼き 厚揚げの煮物 菊菜の生姜和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け
15時	レモンケーキ	栗饅頭	カスタード鯛焼き	抹茶饅頭	ドーナツ	ベルギーワッフル	抹茶蒸しパン
	バニラババロア	コーヒーゼリー	ヨーグルトババロア	青りんごゼリー	いちごゼリー	チョコババロア	抹茶ゼリー

☆ラベンダー
誕生日ケーキ

☆ラベンダー・オリーブ
アイスクリーム

☆ジャスミン
誕生日ケーキ

☆ミント・アロエ
あんみつ



7月の献立



	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)
朝食	☆だし巻き卵 ご飯 味噌汁(麩) のり佃煮	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆厚揚げの炒め物 鮭雑炊 味噌汁(麩)	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃煮	☆ウインナーソーテー ご飯 味噌汁(えのき) 梅びしお
昼食	ご飯 蒸し鶏ゆずあんかけ 切り干し大根の煮物 ほうれん草のおかか和え 清汁(えのき) みかん缶	ご飯 鯖の味噌煮 ひじきの煮物 いんげんの和え物 清汁(麩) スイカ	冷やし中華 春巻き もずく豆腐 みかん缶 	ご飯 カレーのおろし煮 なすの煮物 おくらの和え物 味噌汁(玉ねぎ) 白桃缶	ご飯 豚肉の梅肉蒸し 里芋の煮っころがし ほうれん草の磯和え みかん缶	ご飯、とろろ昆布・鮭フレーク 焼き鳥  フランクフルト 蒸ししゅうまい きゅうりの浅漬け・冷やしトマト 冷製コーンスープ	うなぎ丼 夏野菜のめんつゆ漬け 長いもときゅうりの酢の物 清汁(みょうが) メロン  奈良漬 
夕食	ご飯 太刀魚の香味焼き 人参きんぴら コールスローサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 ポークビーンズ アスパラの炒め物 カリフラワーサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) かっぱ漬け	ご飯 鮭のマスタード焼き ほうれん草の炒め物 ごぼうサラダ 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 人参の玉子炒め キャベツのゆかり和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 スパニッシュオムレツ 白菜のコンソメ煮 アスパラサラダ 味噌汁(わかめ) 高菜漬け	ご飯 カレーの照り焼き 高野豆腐の含め煮 菊菜の和え物 味噌汁(エビ団子) 刻みたくあん	ご飯 豚肉と舞茸の炒め物 あげと小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) かっぱ漬け
15時	黒糖饅頭 オレンジゼリー	抹茶ワッフル プリン	お菓子盛り合わせ コーヒーゼリー	紫芋饅頭 バニラババロア	チョコバウムクーヘン 抹茶ババロア	水ようかん 水ようかん	ミニカスタードワッフル いちごゼリー

☆ミント・アロエ
誕生日ケーキ



☆サフラン・タイム
ねぎ焼き・3色ゼリー





7月の献立



	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)
朝食	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆はんぺんの卵とじ ご飯 味噌汁(玉ねぎ) ビーフふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) のり佃 松花堂 弁当	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆厚揚げの煮物 ホタテ雑炊 味噌汁(豆腐)	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) おかかふりかけ	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(豆腐) 梅びしお
昼食	ご飯 豚肉のトマト煮 いんげん醤油ソテー もやしのさっぱり和え 味噌汁(わかめ) 黄桃缶	ご飯 鮭の幽庵焼き じゃがいもそぼろ煮 白菜の梅肉和え 赤だし(なめこ) パイン缶	ご飯 松花堂 弁当 鮭の塩焼き 天ぷら きゅうりの酢の物 赤だし(豆腐) 抹茶ゼリー	ご飯 白身魚のパン粉焼き なすの香味炒め グリーンサラダ ミネストローネ 白桃缶	ご飯 鯖の山椒煮 厚揚げの煮物 菊菜の胡麻和え 清汁(麩) パイン缶	ご飯 牛肉の玉子とじ 大根の煮物 わかめときゅうりの酢の物 味噌汁(えのき) スイカ	ご飯 油淋鶏 キャベツの中華炒め 春雨サラダ 中華スープ(しめじ) ヨーグルト
夕食	ご飯 鱈の梅煮 ツナと大豆の炒め物 ブロッコリーの辛子マヨ和え 清汁(豆腐) 柴漬け	ご飯 牛肉のおろしポン酢かけ 里芋の煮っ転がし トマトサラダ 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鶏味噌風味旨煮 ひじきの煮物 アスパラツナサラダ 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 酢豚 チンゲン菜の炒め物 人参サラダ 中華スープ(わかめ) かつぱ漬け	ご飯 松風焼 ほうれん草の煮物 トマトサラダ 味噌汁(里芋) 刻みたくあん	ご飯 カレイの甘酢あんかけ もやしの炒め物 おくらのツナ和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 さんまの塩焼き レンコンの炒め煮 いんげんのサラダ 味噌汁(麩) 柴漬け
15時	田舎饅頭 いちごムース	マイケーキ 青りんごゼリー	パンケーキメイプル チョコババロア	抹茶ワッフル マロンババロア	あんドーナツ プリン	エクレア オレンジゼリー	ミニマフィン ピーチゼリー

☆シナモン
誕生日ケーキ

☆ミント・アロエ
ところてん

☆サフラン・タイム
おはぎ



7月の献立



	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)				
朝食	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) ビーフふりかけ	炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) おかかふりかけ	卵の花 ご飯 味噌汁(麩) のり佃 				
昼食	ご飯 <small>白身魚のクリームソースかけ</small> ピーマンのひき肉炒め なすとトマトのドレ和え コンソメスープ(玉ねぎ) 黄桃缶	ご飯 鯖の山椒煮 厚揚げの煮物 なます 清汁(とろろ) ミックス缶	鮭バターごはん すき焼き風 きんぴらごぼう 白菜のレモン和え 味噌汁(しめじ) パイン缶				
夕食	ご飯 鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 アスパラサラダ 味噌汁(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 松風焼 いんげんの炒め物 ごぼうサラダ 味噌汁(わかめ) 刻みたくあん	ご飯 千草焼き <small>じゃがいもと玉ねぎのソテー</small> ほうれん草のサラダ 赤だし(麩) 高菜漬け				
15時	カスタードケーキ	牛乳ケーキ	カステラ				
	マロンババロア	ピーチムース	いちごゼリー				

☆ミツバ・バジル
宇治金時

☆ジャスミン・パセリ
ヨーグルトパフェ

☆ラベンダー・オリーブ
ブラウニー