




# 7月の献立



	7月1日(木)	7月2日(金)	7月3日(土)	7月4日(日)	7月5日(月)	7月6日(火)	7月7日(水)
朝食	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆ハムエッグ 鮭雑炊 味噌汁(麩)	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆卵の花 ご飯 味噌汁(豆腐) のり佃
昼食	赤飯 鯖の味噌煮 ひじきの煮物 いんげんの和え物 清汁(麩) 白桃缶	ご飯 牛肉の甘辛炒め じゃがいものお焼き ほうれん草のナムル 中華スープ(わかめ) 黄桃缶	ご飯 赤魚のおろし煮 チンゲン菜の煮物 トマトサラダ 味噌汁(麩) ミックス缶	ご飯 八宝菜 ブロッコリーの中華炒め 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト	ご飯 ほっけの照り焼き 人参きんぴら コールスローサラダ 味噌汁(大根) スイカ	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	七夕そうめん 鱧の天ぷら ほうれん草の和え物 七夕ゼリー 
夕食	ご飯 ポークビーンズ 小松菜のコンソメ煮 カリフラワーサラダ 味噌汁(えのき) かっぱ漬け	ご飯 太刀魚の香味焼き ブロッコリーの炒め物 冷奴 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 チャンプル 大根の煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁(麩) 刻みたくあん	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	ご飯 牛肉と大根の照り煮 かぼちやのそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 鯖のみりん醤油焼き 炒め煮(竹輪・レンコン) 酢の物(きゅうり) 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鮭の南蛮漬け チンゲン菜の煮物 長芋のわさび酢和え 味噌汁(麩) 柴漬け
15時	レモンケーキ	牛乳ケーキ	カステラ	一口カステラ	エクレア	黒糖饅頭	ドーナツ
	プリン	抹茶ゼリー	いちごゼリー	ヨーグルトババロア	オレンジゼリー	青りんごゼリー	ピーチゼリー

☆シナモン  
誕生日ケーキ
☆ジャスミン・パセリ  
アメリカンクッキー
☆ミント・アロエ  
スイカゼリー



# 7月の献立



	7月8日(木)	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)
朝食	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(わかめ) のり佃	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆ウインナーソーテ ほたて雑炊 味噌汁(麩)	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆だし巻き卵 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆卵とじ(はんぺん) ご飯 味噌汁(豆腐) たいみそ
昼食	ご飯 白身魚のチーズ焼き なすの香味炒め 大豆サラダ 味噌汁(麩) 黄桃缶	ご飯 鯖の山椒煮 ひじきの煮物 もやしの胡麻酢和え 味噌汁(エビ団子) ミックス缶	ご飯 白身魚のパン粉焼き なすのそぼろあんかけ グリーンサラダ ミネストローネ 白桃缶 	ご飯 ほっけの味噌漬け焼き 厚揚げの炒め物 きゅうりのピリ辛和え 清汁(麩) パイン缶	ご飯 牛肉の玉子とじ 小松菜とちくわの煮物 トマトの甘酢和え 味噌汁(大根) スイカ	ご飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 キャベツのマスタード和え 清汁(とろろ昆布) 黄桃缶	牛丼 なべしぎ 玉ねぎサラダ 味噌汁(麩) みかん缶 
夕食	ご飯 豚肉の辛子醤油炒め ふろふき大根 菊菜の磯和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 千草焼き じゃがいもと玉ねぎのソーテ ほうれん草のサラダ 赤だし(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) かっぱ漬け	ご飯 大根と豚肉の煮物 さがきごぼうの炒め物 ほうれん草の和え物 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース 人参のたらこソーテ きゅうりの洋風ナムル コンソメスープ(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 鱈の照り焼き 五目野菜煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鮭のマスタード焼き ほうれん草の炒め物 トマトサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん
15時	紫芋饅頭	栗饅頭	パンケーキメイプル	ミニカスタードワッフル	あんどーナツ	マドレーヌ	カカオケーキ
	バニラババロア	チョコババロア	オレンジゼリー	いちごゼリー	マロンババロア	ヨーグルトババロア	ピーチゼリー

★ラベンダー  
誕生日ケーキ

★シナモン・セージ  
お好み焼き

★ジャスミン  
誕生日ケーキ


★ミント、アロエ  
誕生日ケーキ



# 7月の献立



	7月15日(木)	7月16日(金)	7月17日(土)	7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)
朝食	☆卯の花 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(じゃがいも) たいみそ	☆煮奴 しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお
昼食	ご飯 すき焼き きんぴらごぼう 白菜のレモン和え 味噌汁(えのき) パイン缶	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ しらたきのピリ辛炒め チンゲン菜のなめたけ和え 味噌汁(麩) ミックス缶	ご飯 カレーのムニエル ラタトウイユ ブロッコリーサラダ コンソメスープ(えのき) スイカ	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(わかめ) みかん缶	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き 大根の炒めなます さつま芋サラダ 清汁(えのき) 白桃缶	ご飯 鮭のカレー風味焼き きんぴらごぼう 菊菜の磯和え 清汁(麩) パイン缶	ご飯 白身魚の黄身焼き 揚げだし豆腐 ピーマンとツナの和え物 味噌汁(麩) 白桃缶
夕食	ご飯 鱈の野菜あんかけ 小松菜の煮浸し パンプキンサラダ 味噌汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 白身魚のクリームソースがけ ピーマンのひき肉炒め おくらのツナ和え コンソメスープ 柴漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 里芋のおかか煮 いんげんサラダ 中華スープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 ポークチャップ きのこソテー グリーンサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) かつぱ漬け	ご飯 カレーの甘酢あんかけ 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 豚と舞茸の炒め物 小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 牛肉の旨煮 チンゲン菜のソテー アスパラの胡麻和え 清汁(とろろ昆布) 紀ノ川漬け
15時	鯛焼きカスタード 抹茶ゼリー	マイケーキ 青りんごゼリー	バナナカステラ いちごババロア	抹茶蒸しパン いちごババロア	お菓子盛り合わせ コーヒーゼリー	チョコパイ マロンババロア	鈴カステラ いちごムース



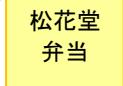


 ☆ラベンダー・オリーブ  
 アイスクリーム  
 ☆ミツバ・バジル  
 たこ焼き・チヂミ

☆ミント・アロエ  
 スイートポテト



# 7月の献立



	7月22日(木)	7月23日(金)	7月24日(土)	7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)
朝食	☆煮物(がんも) ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆厚揚げの煮物 五目雑炊 味噌汁(麩)	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(はんぺん) かつおふりかけ	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ
昼食	冷やし中華 春巻 枝豆ツナサラダ みかん缶 	ご飯 デミグラスハンバーグ ゴーヤとベーコンのソテー 人参のマスタード和え コンソメスープ(玉ねぎ) ミックス缶 	ご飯 シーフードカレー きのこソテー ブロッコリーミモザサラダ みかん缶	ご飯 から揚げみぞれ煮 いんげんの醤油ソテー 白和え 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 鯖の塩焼き 天ぷら  酢れんこん 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー	ご飯 豚肉のトマト煮 キャベツのソテー アスパラサラダ 味噌汁(麩) 黄桃缶	うなぎ丼 夏野菜の麺つゆ漬け 長芋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 豚肉の生姜焼き 五目煮豆 コールスローサラダ 味噌汁(揚げ) 柴漬け	ご飯 鯖の柚子焼き さつまいもの甘煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 白身魚のフリッター キャベツのソテー アスパラツナサラダ 味噌汁(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 白身魚のカレーマヨネーズ焼き 春雨の炒め物 ほうれん草の辛子和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 チンジャオロースー 胡瓜の梅肉和え もやしの炒め物 中華スープ(わかめ) 高菜漬け	ご飯 鱈の煮付け ひじきの煮物 ブロッコリーの辛子マヨ和え 清汁(豆腐) 柴漬け	ご飯 かに玉風 ホタテフライ ほうれん草のとろろ和え 中華スープ(わかめ) 高菜漬け
15時	ミニマフィン チョコババロア	バウムクーヘン ピーチムース	田舎饅頭 コーヒーゼリー	紅葉饅頭 抹茶ゼリー	チョコバウムクーヘン いちごゼリー	鯛饅頭 オレンジゼリー	お菓子盛り合わせ 青りんごゼリー

★シナモン  
手作りケーキ

★セージ  
フルーツヨーグルト

★セージ  
誕生日ケーキ

★ジャスミン・パセリ  
パフェ



# 7月の献立



	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)				
朝食	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(はんぺん) たらこふりかけ				
昼食	ご飯 鱈の梅煮 南瓜のそぼろ煮 おくらの生姜和え 味噌汁(大根) ミックス缶	ご飯 鶏チリ なすの含め煮 チンゲン菜のお浸し 中華スープ(わかめ) みかん缶	ご飯 ほっけの塩焼き 五目煮豆 菊菜のおかか和え 清汁(麩) スイカ				
夕食	ご飯 豚肉と白菜のごまだれかけ きんぴらごぼう いんげんの和え物 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 カレーの煮付け 冬瓜のくず煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(しめじ) 刻みたくあん	ご飯 焼肉風 カリフラワーのコンソメ煮 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け				
15時	抹茶ワッフル	カスタードケーキ	ココア蒸しパン				
	抹茶ババロア	バニラババロア	ヨーグルトババロア				

☆フレンチ・オリーブ  
フ  
コーヒーゼリー