

7月の献立表

	7月1日(金)	7月2日(土)	7月3日(日)	7月4日(月)	7月5日(火)	7月6日(水)	7月7日(木)
朝食	☆はんぺんの玉子とじ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆炒り豆腐 しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆オムレツ ご飯 味噌汁(玉ねぎ) 梅びしお	☆厚揚げの炒めもの ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼食	赤飯 鯖の塩焼き ひじきの煮物 もやしのツナ和え 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 八宝菜 春巻き 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト	ご飯 ポークカレー チキンナゲット なます 白桃缶	ご飯 白身魚のチーズ焼き いんげんの香味炒め 大豆サラダ 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 鶏肉の照焼き さつまいもの煮物 きゅうりのゆかり和え 清汁(麩) すいか	ご飯 鯖のみりん醤油焼き がんもの煮物 菜の花の胡麻和え 味噌汁(麩) 黄桃缶	七夕そうめん 鯉の天ぷら ほうれん草の和え物 七夕ゼリー ラベンダー オリーブ 流し そうめん
夕食	ご飯 肉豆腐 炒めなます おぐらのわさび和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 白身魚の紅葉焼き 冬瓜とひき肉の煮物 菊菜の生姜和え 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 ミートオムレツ アスパラソテー 玉ねぎサラダ 味噌汁(えび団子) かっぱ漬け	ご飯 家常豆腐 きんぴらごぼう トマトの甘酢和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鯖の幽庵焼き 大根の煮物 おくらもずく 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 エビフライ さつま揚げの煮物 アスパラサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 チャンプル 大根の煮物 きゅうりの酢の物 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け
15時	ベルギーワッフル	ミニマフィン	ミニカスタードワッフル	紫芋饅頭	カスタードケーキ	バウムクーヘン	マドレーヌ
	ピーチムース	イチゴババロア	チョコババロア	プリン	抹茶ババロア	オレンジゼリー	イチゴムース

☆シナモン・セージ
ババロア



7月の献立



	7月8日(金)	7月9日(土)	7月10日(日)	7月11日(月)	7月12日(火)	7月13日(水)	7月14日(木)
朝食	☆はんぺんの玉子とし ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(じゃがいも) たいみそ	☆大豆のトマト煮 玉子雑炊 味噌汁(麩)	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ 	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ
昼食	ご飯 豚肉のトマト煮 白菜のコンソメ煮 アスパラサラダ 味噌汁(麩) すいか	ご飯 カレーのムニエル ラタトゥイユ ほうれん草サラダ コンソメスープ(玉ねぎ) 白桃缶	ご飯 すき焼き風 切り干し大根 おぐらの胡麻和え 味噌汁(麩) 黄桃缶	ご飯 鶏チリ いんげんの炒め物 白菜の辛子和え 中華スープ(わかめ) 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 ポテトサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) パイン缶	ご飯 ツナマヨおにぎり 鮭の幽庵焼き さつまいもの甘煮 白和え 味噌汁(しめじ) ミックス缶	ご飯 牛肉の玉子とし 小松菜とちくわの煮物 なすのおかか和え 味噌汁(大根) ミックス缶
夕食	ご飯 鱈の煮付け ひじきの煮物 キャベツとわかめの和え物 清汁(えのき) 柴漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 ホタテフライ いんげんサラダ 中華スープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 赤魚の味噌漬け焼き さつまいものレモン煮 ブロッコリーのカニカマ和え 味噌汁(玉ねぎ) かつぱ漬け	ご飯 カレーの煮付け 南瓜の甘煮 ほうれん草の和え物 味噌汁(しめじ) 柴漬け	ご飯 白身魚のクリームソースかけ アスパラとウインナーのソテー 人参のマスタード和え 味噌汁(玉ねぎ) 刻みたくあん	ご飯 豚みそ炒め なすと厚揚げの煮物 おぐらの辛子和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース 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
15時	ドーナッツ	チョコバウムクーヘン	ミニマフィン(チョコ)	エクレア	レモンケーキ	パンケーキメープル	初雁
	ピーチゼリー	チョコババロア	ヨーグルトババロア	バニラババロア	マロンババロア	プリン	チョコババロア

★ミント、アロエ
青空ゼリー

★ラベンダー
誕生日ケーキ

★ジャスミン
誕生日ケーキ

★サフラン・タイム
あんみつ

★ミツバ
誕生日ケーキ

★ミント
誕生日ケーキ

ミツバ
バジル
ハンバーグ

ジャスミン
バセリ
流し
そうめん



7月の献立



	7月15日(金)	7月16日(土)	7月17日(日)	7月18日(月)	7月19日(火)	7月20日(水)	7月21日(木)
朝食	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) 玉子ふりかけ	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆だし巻き玉子 ほたて雑炊 味噌汁(麩) たいみそ	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆卵の花 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	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼食	ご飯 鮭の塩焼き 天ぷら 松花堂 弁当 ワカメときゅうりの酢の物 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー	ご飯 味噌カツ いんげんとちくわの炒め物 キャベツのマスタード和え 清汁(麩) すいか	ご飯 青椒肉絲 豆腐の中華煮 ほうれん草のお浸し 中華スープ(わかめ) 黄桃缶	冷やし中華 春巻き 枝豆ツナサラダ みかん缶 	ご飯 ほっけの塩焼き じゃがいもと玉ねぎのソテー なすのポン酢和え 味噌汁(豆腐) 白桃缶	ご飯 鱈のカレームニエル いんげんのソテー トマトサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) ヨーグルト	ご飯 豚肉のおろし焼き 麩の玉子とじ 白菜の和え物 味噌汁(わかめ) ミックス缶 サフラン タイム 焼肉
夕食	ご飯 豚肉と大根の煮物 白菜と揚げの煮物 ほうれん草のかつお和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鱈のチリ蒸し じゃがいもの煮つ転がし アスパラの和え物 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鮭の西京焼き 大根と油揚げの煮物 おくらの和え物 味噌汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 鯖の柚子焼き 冬瓜のくず煮 きゅうりの梅肉和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 牛肉と大根の照り煮 五目煮豆 白菜のゆかり和え 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 豚肉の梅肉蒸し豆腐 大根の肉味噌かけ ほうれん草の磯和え 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 白身魚のねぎソース なすのひき肉炒め もやしの胡麻酢和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん
15時	もみじ饅頭 オレンジゼリー	田舎饅頭 マロンババロア	黒糖饅頭 ヨーグルトババロア	あんドーナッツ バニラババロア	栗饅頭 パインムース	鯛饅頭 イチゴゼリー	カカオケーキ バニラババロア

★ミツバ・バジル
あんみつ

★アロエ
誕生日ケーキ

★ラベンダー・オリーブ
わらび餅

★シナモン・セージ
わらび餅

★サフラン・タイム
フルーツポンチ





7月の献立



	7月22日(金)	7月23日(土)	7月24日(日)	7月25日(月)	7月26日(火)	7月27日(水)	7月28日(木)
朝食	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆ウインナーソーテ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆大豆トマト煮 しらす雑炊 味噌汁(はんぺん)	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆ウインナーソーテ ご飯 味噌汁(豆腐) たまごふりかけ	☆だし巻卵 ご飯 味噌汁(豆腐) おかかふりかけ	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼食	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	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	ご飯 焼肉風 ひじきの煮物 白菜のゆかり和え 味噌汁(麩) ミックス缶	ご飯 油淋鶏 チンゲン菜の中華炒め 春雨サラダ 中華スープ(白菜) みかん缶	ご飯 ジャスミン パセリ ペッパー ランチ 鮭のマスタード焼き なすの含め煮 トマト甘酢和え 味噌汁(麩) 白桃缶	ご飯 鮭の照り焼き かぼちゃ煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁(えのき) ヨーグルト	ご飯 ポークチャップ キャベツのソーテ 玉ねぎサラダ コンソメスープ(しめじ) パイン缶
夕食	ご飯 豚肉と舞茸の炒め物 小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 松風焼 さつまいもの甘煮 大根の梅肉和え 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 太刀魚の蒲焼き 野菜大豆煮 いんげんのピーナツ和え 清汁(えのき) 紀ノ川漬け	ご飯 千草焼き 人参のきんぴら ほうれん草のサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 豚肉の生姜焼き 五目煮豆 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(揚げ) かつぱ漬け	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め 高野豆腐の煮物 ほうれん草の磯和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 赤魚の煮付け がんも(煮物) いんげんの梅おかか和え 味噌汁(なす) 高菜漬け
15時	牛乳ケーキ	一口カステラ	どら焼き	シュークリーム	抹茶ワッフル	バナナカステラ	カステラ
	抹茶ゼリー	ピーチムース	青りんごゼリー	オレンジゼリー	イチゴババロア	プリン	抹茶ゼリー

★シナモン
誕生日ケーキ

★セージ
誕生日ケーキ

★ミツバ・バジル
プリンアラモード





7月の献立



	7月29日(金)	7月30日(土)	7月31日(日)				
朝食	☆厚揚げの煮物 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) 梅びしお	☆厚揚げの煮物 きのこ雑炊 味噌汁(麩)				
昼食	梅じゃこご飯 カレイのおろし煮 高野豆腐の玉子とじ ひじきサラダ 味噌汁(麩) みかん缶	ご飯 <small>鮭のムニエルタルタルソースかけ</small> スクランブルエッグ トマトサラダ 味噌汁(しめじ) みかん缶	ご飯 ポトフ アスパラソテー 玉ねぎサラダ ヨーグルト				
夕食	ご飯 蒸し鶏柚子あんかけ なすの揚げびたし いんげんの和え物 味噌汁(麩) しば漬け	ご飯 <small>豚肉と白菜のごまだれかけ</small> ひじきの煮物 キャベツの生姜和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 かに玉風 しゅうまい チンゲン菜の中華和え 中華スープ(わかめ) 高菜漬け				
15時	お菓子盛り合わせ	鈴カステラ	鯛焼きカスタード				
	マロンババロア	プリン	ヨーグルトババロア				

★ミント、アロエ
パフェ