

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 8月

[老健いぶき]

		2(月)		3(火)		4(水)		5(木)		6(金)		7(土)		8(日)	
朝食															1(B)
朝食															ご飯 味噌汁 竹輪の炒め物 葉の花サラダ のり佃煮
朝食															牛乳
朝食															ご飯 味噌汁 鶏の梅おろしソース パンブキンサラダ 白桃缶
朝食															パウムクーヘン2種
朝食															ご飯 味噌汁 五豆豆腐ハンバーグ いんげんともやしのきんぴら 鰻糸和え
朝食		2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)							
朝食		ご飯 味噌汁 チーズオムレツ 二色和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 甘辛肉団子 昆布和え 漬物	ご飯 味噌汁 千草卵焼き かにかま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 つみれ煮 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ フレッシュサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 なめ菜おろし 漬物	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 辛子マヨ和え ふりかけ							
朝食		牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳							
朝食		ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き ポテトサラダ パン缶	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ マヨネーズ和え みかん缶	～納涼メニュー～ 枝豆蒸らし寿司 清汁 冷やし鉢 マンゴープリン	ご飯 味噌汁 鶏の甘酢だれ ほうれん草サラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 鶏のチーズ焼き ナムル フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 豚肉のオニオンスライス マヨネーズ キウイフルーツ	～山の日メニュー～ 山菜ご飯 味噌汁 和風オムレツ 深山和え フルーチェ							
朝食		カステラ	～あつたかおやつ～ 抹茶蒸し饅頭	暮クレープ	ミニビーナッツパン	梅座予防デザート (スイートポテト)	抹茶ミルクプリン あんこ和え	ロールケーキ							
朝食		ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 茄子の煮物 梅和え	ご飯 味噌汁 香で食べれる豚の味噌煮 ピーマンのそぼろ炒め レモン和え	ご飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き 高野豆腐の煮物 もやしのおか和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが 金平ごぼう 葱と胡瓜の酢の物	ご飯 味噌汁 豚肉の生煮焼き 三色野菜とずり身の薄し焼き 冷奴	ご飯 味噌汁 鶏肉の利休煮 卵の花 ピーナッツ和え	ご飯 味噌汁 鶏肉と厚揚げの炒め物 さつま芋の煮物 もずく酢							
朝食		9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)							
朝食		ご飯 味噌汁 かみ風味玉子焼 煮返し 漬物	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 青菜の和え物 梅びしお	ご飯 味噌汁 里芋の煮物 梅肉和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 大根のそぼろ煮 しらす和え	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ チーズサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 肉団子の煮物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 惣菜佃煮 辛子和え ふりかけ							
朝食		牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳							
朝食		ご飯 味噌汁 炭水化物コンクリームス パンバーグ フレッシュ和え みかん缶	ハヤシライス ジャーマンポテト ゴマドレサラダ クワッセル(ビシソル強化)	ご飯 味噌汁 豚肉の味噌煮焼き 明太マヨ和え 白桃缶	あんかけ焼きそば 餃子 中華サラダ オニオンサラダ ロールケーキ(巨峰)	～夏祭り献立～ 天丼 稲汁 オニオンサラダ ロールケーキ	ご飯 ミルクスープ 鶏肉のマスタード焼き スパゲティサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 スダマシ焼き コーンスローサラダ 煮豆							
朝食		芋ようかん	やわらかおかし(きな粉)	梅座予防デザート (レアチーズ)	いちごスペシャル	コーヒーゼリー	シュークリーム	フルーツヨーグルト							
朝食		ご飯 味噌汁 赤魚の塩焼き 焼売 中華和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 切干大根煮 オーロラサラダ	ご飯 味噌汁 揚げ出し豆腐 人参と玉子の炒め物 桜和え	ご飯 味噌汁 鶏の煮付け 野菜きんぴら アスパラサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉とごぼうの煮物 えび焼売 漬漬け	ご飯 味噌汁 鶏肉の南蛮漬け 明太ポテト 冷奴	ご飯 味噌汁 かに風味玉子焼き ぜんまい煮 青菜とひじきの胡麻和え							
朝食		16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)							
朝食		ご飯 味噌汁 いるどり団子 カリフラワーの和え物 のり佃煮	ご飯 味噌汁 野菜炒め 土佐醤油和え 漬物	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり 和風和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 梅香和え 漬物	ご飯 味噌汁 ポトフ かにかまサラダ 梅干し	ご飯 味噌汁 玉子ロール チキンサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 えび団子の炒め物 梅香和え 炒りみそ							
朝食		牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳							
朝食		ご飯 味噌汁 鶏肉の梅焼き マカロニサラダ フルーツカクテル	～食べるスープの日～ ご飯 モロヘイヤの冷製スープ オムレツ 胡麻ドレサラダ 白桃缶	ご飯 味噌汁 牛肉コロッケ 切干大根のマヨ和え パン缶	カレーライス 彩りサラダ 福神漬 クワッセル(ビシソル強化)	ご飯 清汁 鶏肉と茄子の味噌炒め わかめサラダ 栗	ご飯 キャベツスープ メバルのクリームソース チンゲン菜の和風サラダ フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 鶏肉の酒蒸し インディアンポテト 玉子豆腐							
朝食		梅座予防デザート (コーヒー)	フロマージュ	りんご入りきんとん(手作り)	オレンジケーキ	抹茶ロールケーキ	ロールケーキ	クリームコンフェ							
朝食		ご飯 味噌汁 鶏のチーズ焼き がんもの詰め煮 わさび和え	ご飯 味噌汁 げんちん煮 鶏肉ソーテー 海苔和え	ご飯 味噌汁 鶏のごまドレッシングがけ 鯛しぎ 甘酢和え	ご飯 味噌汁 鶏の生煮焼 レバー炒め なめ菜おろし	ご飯 味噌汁 鶏の煮付け さつま芋サラダ	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の塩昆布炒め 南瓜の甘煮 ハムサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の酒蒸し インディアンポテト 玉子豆腐							
朝食		23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)							
朝食		ご飯 味噌汁 三色高野佃煮 ごま酢和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 青菜と卵の炒め物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 しその実和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 なめ菜和え 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 にんじん佃煮 酢醤油和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 ゆかり和え たいみそ							
朝食		牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳							
朝食		ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き 麦わり飯 フルーチェ	ご飯 味噌汁 豚腿ピーマンフライ ドレッシング和え みかん缶	天津飯 豚汁 焼きビーフン 杏仁豆腐	ゆかりご飯 味噌汁 鶏の若草焼き あけぼの和え 黄桃缶	ご飯 清汁 豚骨の味噌炒め ごまドレ和え フルーツカクテル缶	冷やしサラダそうめん 豆腐ハンバーグ チンゲン菜の和え物 大根サラダ フルーチェ	ご飯 味噌汁 鶏肉の酒蒸し 切り厚布煮 マスタード和え							
朝食		バター(チーズ)	紅茶ミルク(ペースト)	やわらかおかし(砂糖醤油)	～あつたかおやつ～ 今川焼(カスタード)	黒糖ムース	パニアアイス	ずんだだるま焼き							
朝食		ご飯 味噌汁 乳前煮 卵の花 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 いわしの生煮焼 かに焼売 おくら和え	ご飯 味噌汁 豚肉とにんにくの芽の炒め物 枝豆ふんわり焼し ブロッコリーサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 冬瓜の煮物 梅菜和え	ご飯 味噌汁 カレーコロッケ ひじきの煮物 塩梅和え	ご飯 味噌汁 鶏子煮 ピーマン金平 切干大根のごま和え								
朝食		30(月)	31(火)												
朝食		ご飯 味噌汁 和風炒り玉子 生煮和え 漬物	ご飯 味噌汁 豆腐のひき肉包み焼き 三色和え ふりかけ												
朝食		牛乳	牛乳												
朝食		ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き わさびマヨ和え 黄桃缶	野菜カレー 玉子サラダ 福神漬 パン缶												
朝食		アップルパイ	梅座予防デザート (マンゴー)												
朝食		ご飯 ミルクスープ ハンバーグ ポテトステーキ コーンサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚の船揚げ ふきの金平 じゃこサラダ												

*都合により献立を変更することがあります。