

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

2024年 6月

								1(土)		2(日)				
朝食								ご飯 味噌汁 ウインナーソー マカロニサラダ ふりかけ		ご飯 味噌汁 鶏つくね ポパイサラダ 煮豆				
期間食								牛乳		ジョア				
昼食								ご飯 味噌汁 メンチカツ 切干大根の和風和え 洋梨缶		ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き わかめとオクラの酢の物 フルーツカクテル缶				
期間食								メロンムース		ロールケーキ				
夕食								ご飯 味噌汁 かに風味の玉子とじ 冬瓜の炒め物 和風じゃが芋サラダ		ご飯 味噌汁 筑前煮 茄子の煮浸し 大根ハムサラダ				
3(月)		4(火)		5(水)		6(木)		7(金)		8(土)		9(日)		
朝食	ご飯 味噌汁 味の和風煮 もやしと豚骨和え 漬物	ご飯 味噌汁 いろどり団子の煮物 ほうれん草の土佐和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め物 白菜の海苔和え 漬物	ご飯 味噌汁 鶏と野菜の炒め物 カリフラワーのおかか和え 漬物	ご飯 味噌汁 干草餅焼き 塩昆布和え たいみそ	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール 大根のごまドレサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 草餅の煮物 ポテトサラダ のり佃煮							
期間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	
昼食	ご飯 清汁 鶏肉の山椒焼き 五目味噌炒め 黄桃缶	ご飯 コンソメスープ チーズハンバーグ 菜の花とかにかまのサラダ みかん缶	ご飯 清汁 鶏の塩味噌焼き かぶのそぼろあん バナナ	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め さつま芋の甘煮 パイン缶	ご飯 味噌汁 豚肉の生煮 さつま芋の甘煮 パイン缶	五目タンメン ジャンボ焼売 チンゲン菜のナムル	ハヤシライス 豆腐ナゲット コールスローサラダ クラッシュベリー(カルシウム強化)	ご飯 栄養強化コンクリームスープ びんかつフライ 菜の花とさつま揚げのお浸し 白桃缶						
期間食	食物繊維強化デザート 水ようかん(小豆)	宇治抹茶ロールケーキ	カスタードプリン	まんじゅう(黒糖)	徳産予防デザート (レアチーズ)	チョコパン	パウムクーヘン							
夕食	ご飯 味噌汁 イカフライ 大豆の洋風煮 ブロッコリーとチーズのサラダ	ご飯 味噌汁 鶏の野菜蒸し チンゲン菜とツナの炒め 冷奴	ご飯 味噌汁 豚肉と里芋の利休煮 ひじき煮 おからの酢醤油和え	ご飯 味噌汁 豆腐の御川風 竹輪の炒り煮 いんげんのごましそ和え	ご飯 味噌汁 メバルの野菜あんかけ じゃが芋の肉味噌煮 ほうれん草の和え物	ご飯 中巻スープ 麻婆茄子 豚肉ソー もやしの和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉の香味焼き ブロッコリーのとろみ煮 オニオンサラダ							
10(月)		11(火)		12(水)		13(木)		14(金)		15(土)		16(日)		
朝食	ご飯 味噌汁 えび団子の煮物 春巻のささみ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ツナじゃが カリフラワーの甘酢漬け たいみそ	ご飯 味噌汁 肉脂めいなり いんげんのごま和え 煮豆	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 菜の花の海苔和え 漬物	ご飯 味噌汁 高野豆腐煮 小松菜の柚子和え 漬物	ご飯 味噌汁 コンソメ煮 ブロッコリーのサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 竹輪と冬瓜の煮物 白菜の塩和え ふりかけ							
期間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	
昼食	ご飯 味噌汁 焼肉炒め 里芋の煮ころがし フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ(かに風味あん) 菊と竹輪の炒め煮 クラッシュベリー(カルシウム強化)	～梅雨に負けないメニュー～ ご飯 中華スープ ピリ辛味噌豚焼肉風 茄子の煎豆腐 梅ざり	ご飯 清汁 和風オムレツ カリフラワーの味噌マヨ和え 白桃缶	ご飯 清汁 和風オムレツ カリフラワーの味噌マヨ和え 白桃缶	ポークカレー チーズサラダ 福神漬 ブルーチェ	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ ほうれん草と鶏胸肉の和え物 みかん缶	～父の日メニュー～ ピザ 春雨 えび焼売 杏白桃						
期間食	やわらかおかし(砂糖醤油)	～あったかおやつ～ たい焼き	カステラ	Ca強化デザート 水ようかん(芋)	ホットケーキ	徳産予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(抹茶)	和のパンケーキ・黒蜜きな粉							
夕食	ご飯 中華スープ たらこのチリソースかけ 焼売 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 鶏とさつま揚げの玉子炒め 冬瓜のふろふき 小松菜のじゃこサラダ	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き わかめの当座煮 白菜の塩麹漬	ご飯 味噌汁 栄養強化コンクリームスープ 鶏肉のハニーマスタード じゃが芋のコンソメ煮 アスパラサラダ	ご飯 味噌汁 肉豆腐 冬瓜とベーコンの炒め 白菜の梅和え	ご飯 味噌汁 赤魚の漬け焼き 卯の花 ひじきの彩りサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のハーベキュー焼き 南瓜の小豆煮 大根の甘酢和え							
17(月)		18(火)		19(水)		20(木)		21(金)		22(土)		23(日)		
朝食	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 菜の花の桜和え 納豆	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 オクラのなめ茸和え 漬物	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し たいみそ	ご飯 味噌汁 信田煮 チンゲン菜の和風和え 煮豆	ご飯 味噌汁 信田煮 チンゲン菜の和風和え 煮豆	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 もやしと胡麻ドレ和え ふりかけ	
期間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	
昼食	ご飯 味噌汁 炒り鶏 枝豆ふんわり蒲鉾 ブルーチェ	～食べるスープの日～ ご飯 枝豆のミルクスープ 鶏のハンバーグ カリフラワーサラダ りんご缶	ご飯 けんちん汁 厚揚げの味噌炒め 小松菜とハムサラダ 洋梨缶	ミートソース コンソメスープ たっぷりグリーンサラダ クラッシュベリー(カルシウム強化)	～初夏(夏至)のメニュー～ 枝豆ごはん 味噌汁 おろしトナカツ 菜の花のレモン和え 杏ざり	ご飯 味噌汁 鶏とパプリカのカレー炒め 白桃缶	ご飯 煮スープ 酢豚 ほうれん草のナムル みかん缶							
期間食	ガナッシュケーキ	徳産予防デザート (スイートポテト)	ロールケーキ	ダブルベリーケーキ	ヨーグルトケーキ	コーヒークリームサンド	ミニパター							
夕食	ご飯 オニオンスープ 牛肉コロッケ チンゲン菜のソーテ マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 鶏のみぞれ煮 茄子の炒め物 菜の花の辛子和え	ご飯 味噌汁 鶏の梅煮 ピーマンと里芋炒め もやしのサラダ	ご飯 清汁 いわしのさんが焼き ふきの煮物 里芋のピーナツ和え	ご飯 味噌汁 海老と玉子のチリソース炒め れんこんと竹輪の煮物 オクラの和風サラダ	ご飯 清汁 赤魚の生姜蒸し・香味だれ 味噌ポテト かぶとハムのサラダ	ご飯 味噌汁 豆腐の五目あんかけ 切干大根の炒り煮 白菜の塩和え							
24(月)		25(火)		26(水)		27(木)		28(金)		29(土)		30(日)		
朝食	ご飯 味噌汁 つみれ煮 小松菜のお浸し 漬物	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 いんげんのピーナツ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 カリフラワーとハムのサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 鶏団子の炒め煮 小松菜のサラダ 煮豆	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 春菊の生姜和え 漬物	
期間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	
昼食	ご飯 味噌汁 鶏のさっぱり煮 かぼちゃサラダ クラッシュベリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 豆腐ステーキ・おろしソース れんこんの甘辛炒め 真桃缶	ご飯 中華スープ 中華風オムレツ 蒸し餃子 マンゴ缶	ご飯 コンソメスープ 鶏のムニエル 青菜のさっぱりサラダ ブルーチェ	ご飯 味噌汁 肉じゃが 枝豆の白和え パイン缶	キーマカレー じゃが芋の豚サラダ マカロニソー 菜の花のサラダ ふりかけ	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリームソース 花野菜とコーンのサラダ りんご缶	ご飯 ロールケーキ						
期間食	パウンドケーキ(マープル)	徳産予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(栗)	Ca強化デザート 紅茶ブルーチェ	いちごクレープ	～あったかおやつ～ たこ焼き	やわらかおかし(のり塩)	ロールケーキ							
夕食	ご飯 味噌汁 ぶり大根 切り昆布と厚揚げの煮物 ブロッコリーごま酢和え	ご飯 味噌汁 鶏と野菜の炒め物 ひじきの煮物 春巻のしその実和え	ご飯 味噌汁 白身魚フライ コンソメ 即席漬	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ・和風あん さつま揚げと冬瓜の煮物 白菜の和え物	ご飯 清汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉のわさびマヨ焼き ふきの煮物 チンゲン菜の和え物

*都合により献立を変更することがあります。