

2025年 7月 献立表

	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	6 (日)	
朝食	米飯 味噌汁(ほうれん草) 五目きんちゃく煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 厚揚げ煮 高菜漬け 牛乳	さつまいも雑炊 味噌汁(大根) チンゲン菜の炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ) がんと煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(油揚げ) 大豆煮豆 さくら漬け 牛乳	レーズンパン コンソメスープ オムレツ みかん缶 牛乳	
昼食	赤飯 すまし汁(小松菜) メバルの照り焼き 根菜煮 酢味噌和え	あじさい寿司 赤だし汁(あさり) 筑前煮 バナナ	米飯 すまし汁(えのき) 天ぷら 天つゆ オクラの梅和え 切干大根煮	菜飯 きつねうどん 五目煮 リンゴ缶	米飯 スープ(たまご) 麻婆豆腐 もやし炒め 中華サラダ	米飯 コンソメスープ クリームコロッケ さつまいもサラダ バナナ	
昼間食	ラムネゼリー	えらべるおやつ	抹茶まんじゅう	キャラメルコーン	パバロア	レモンケーキ	
夕食	米飯 味噌汁(キャベツ) カニ玉あんかけ さつまあげときのこの旨煮 カリフラワーサラダ	米飯 すまし汁(まいたけ) 牛肉の洋風炒め ピーマン炒め きゅうりの和え物	米飯 味噌汁(豆腐) アジの南蛮漬け かぼちゃの昆布煮 春菊のごま和え	米飯 オニオンスープ ハンバーグ ピーマン当座煮 焼きなす	米飯 味噌汁(白菜) 赤魚の生姜煮 野菜金平 なめ茸和え	米飯 味噌汁(里芋) 豚肉のしょうが焼き 昆布煮 みぞれ和え	
7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)	13 (日)	
朝食	米飯 味噌汁(しいたけ) 魚肉ソーセージの炒め物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ) 高野豆腐の煮物 さくら漬け 牛乳	卵雑炊 味噌汁(麩) チンゲン菜の炒め物 牛乳	米飯 味噌汁(まいたけ) じゃがいも煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(たまねぎ) ほうれん草の煮浸し かつば漬け 牛乳	ロールパン コンソメスープ キャベツカレー炒め 黄桃缶 牛乳	
昼食	わかめご飯 そうめん 竹輪のゆかり揚げ すいか	カレーライス ブロッコリーとトマトのサラダ フルーツヨーグルト 福神漬け	米飯 味噌汁(さつまいも) 鮭のピザ焼き 大根のそぼろ煮 コールスローサラダ	中華丼 スープ(たまご) しゅうまい マカロニサラダ	米飯 味噌汁(厚揚げ) アジフライ 切干大根煮 きゅうりの和え物	わかめご飯 とんこつラーメン 春巻き 白桃缶	米飯 中華スープ(春雨) 酢豚風 わかめサラダ 小松菜と厚揚げの中華煮
昼間食	七タデザート	せんべい	えらべるおやつ	酒まんじゅう	たこやき	いちごプリン	
夕食	米飯 味噌汁(えのき) たらん幽庵焼き はんぺんの卵とじ 春雨の酢の物	米飯 味噌汁(しめじ) 照り焼きチキン シーフード炒め 青菜のなめたけ和え	米飯 味噌汁(冬瓜) 筑前煮 オクラと長芋の和え物 もずくの酢の物	米飯 すまし汁(豆腐) 赤魚の西京焼き キャベツ炒め ほうれん草のくるみみそ和え	米飯 味噌汁(なす) 豚肉のおろし煮 青菜の煮浸し 春雨サラダ	米飯 味噌汁(大根) さごしの味噌マヨ焼き なすの揚げ煮 白菜の和え物	米飯 味噌汁(もやし) 肉じゃが ちくわの煮物 白和え
14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)	20 (日)	
朝食	米飯 味噌汁(豆腐) 大根のきんぴら なすの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(かぼちゃ) はんぺんの煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(大根) 冬瓜と海老の煮物 さくら漬け 牛乳	野菜雑炊 味噌汁(たまねぎ) 五目きんちゃく煮 牛乳	米飯 味噌汁(もやし) 白菜の煮浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(しいたけ) 玉ねぎとツナの煮物 かつば漬け 牛乳	クリームパン オニオンスープ ミートボール パイ缶 牛乳
昼食	米飯 味噌汁(ほうれん草) メルルーサのパン粉焼き 根菜煮 サラダ	五目寿司 赤だし がんと煮 マンゴー缶	米飯 すまし汁(えのき) 鯖の味噌煮 野菜炒め もやしの酢の物	菜飯 とろろそば ひじきの煮物 杏仁豆腐	リクエストメニュー わかめご飯 カレーうどん 青菜のナムル オレンジゼリー	米飯 味噌汁(キャベツ) エビチリ ピーマンの炒め物 わかめの酢味噌和え	米飯 味噌汁(じゃがいも) さごしの梅煮 しゅうまい ピーナツ和え
昼間食	メープルプチケーキ	いちごケーキ	えらべるおやつ	サッポロポテト	コンフェ	マスカットゼリー	
夕食	米飯 味噌汁(しめじ) ジャーマンオムレツ 白菜のクリーム煮 ブロッコリーとツナのサラ	米飯 味噌汁(小松菜) めばるの煮つけ こんにゃくの炒め物 なめ茸和え	米飯 味噌汁(さつまいも) 豚肉のおろしかけ なすの生姜煮 春菊のごま和え	米飯 味噌汁(里芋) カレイの野菜あんかけ かぼちゃのいとこ煮 カリフラワーの甘酢和え	米飯 味噌汁(なす) 豚肉の柳川風 こんにゃくの炒め物 ほうれん草の和え物	米飯 味噌汁(ごぼう) メルルーサのパン粉焼き えびボールの煮物 キャベツのゆかり和え	米飯 すまし汁(まいたけ) 牛肉と蓮根の甘辛煮 こんにゃくのじゃこ炒め 漬物盛り合わせ
21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)	27 (日)	
朝食	米飯 味噌汁(ほうれん草) なすの煮物 佃煮(ねりうめ) 牛乳	米飯 味噌汁(里芋) 青菜の煮びたし ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃがいも) キャベツ炒め さくら漬け 牛乳	梅しらす雑炊 味噌汁(まいたけ) 野菜炒め 牛乳	米飯 味噌汁(もやし) ほうれん草の煮びたし ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 玉葱と麩の甘辛煮 かつば漬け 牛乳	ロールパン コンソメスープ ポテトサラダ 洋なし缶 牛乳
昼食	米飯 クリームシチュー えびかつとサラダ バナナ	わかめご飯 冷やし中華 高菜炒め フルーツポンチ	米飯 味噌汁(なす) すき焼き風煮 冬瓜のそぼろかけ 温泉卵	エビピラフ パンキンポタージュ チキンナゲット すいか	米飯 味噌汁(大根) カレイの煮付け かぼちゃソテー ピーマン炒め きゅうりの酢の物	米飯 豚汁 ホッペの磯香ムニエル たまねぎのソテー 春雨サラダ	ハヤシライス ブロッコリーサラダ フルーツポンチ 福神漬け
昼間食	田舎まんじゅう	フルーチェ	えらべるおやつ	パンケーキ	ウエハース	プリン	
夕食	米飯 味噌汁(冬瓜) ほっけの塩焼き 南瓜の煮物 もやしの和え物	米飯 味噌汁(さつまいも) 鶏の照り焼き オクラの昆布和え なすの揚げ煮	米飯 味噌汁(青梗菜) さごしの中華蒸し カニカマサラダ 五目きんぴら	米飯 味噌汁(白菜) 親子煮 高野豆腐の煮物 キャベツのゴマ酢和え	米飯 すまし汁(えのき) カレイの煮付け かぼちゃソテー なめたけおろし和え	米飯 味噌汁(キャベツ) 鶏の塩麹蒸し 大豆の煮物 とろろいも	米飯 すまし汁(豆腐) たら味噌マヨ焼き 里芋の煮物 ほうれん草の和え物
28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	<div data-bbox="1150 2329 1522 2715" data-label="Complex-Block"> <p>7月の行事食</p> <p>7日 セタメニュー 18日 リクエストメニュー (カレーうどん) 31日 うな丼</p> <p>フロア行事では 2F おやつ作り の予定です。</p> </div>			
朝食	米飯 味噌汁(じゃがいも) キャベツとさつま揚げの煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(たまねぎ) 小松菜と厚揚げの中華煮 さくら漬け 牛乳	野菜雑炊 味噌汁(キャベツ) 里芋の煮物 牛乳				
昼食	鮭寿司 すまし汁(しめじ) 炒り豆腐 黄桃缶	米飯 味噌汁(しめじ) ハンバーグ なすの炒め物 マカロニサラダ	米飯 味噌汁(かぼちゃ) さばの塩焼き きのこ炒め カニカマサラダ				うな丼 すまし汁(花麩) 五目炒め
昼間食	やわらかおかし	かつばえびせん	えらべるおやつ				青りんごゼリー
夕食	米飯 味噌汁(もやし) 牛肉のブルコギ風 きんぴらごぼう わかめの酢の物	米飯 味噌汁(里芋) さごしの照り焼き 大根の田楽 オニオンサラダ	米飯 味噌汁(まいたけ) 青椒肉絲 ひじきの煮物 コールスローサラダ				米飯 味噌汁(ごぼう) 赤魚の西京焼き 魚肉ソーセージの炒め物 さつまいもサラダ