


7月のメニュー

朝	令和05年07月01日(土)	令和05年07月02日(日)
昼	令和05年07月03日(月)	令和05年07月04日(火)
夕	令和05年07月05日(水)	令和05年07月06日(木)
朝	令和05年07月07日(金)	令和05年07月08日(土)
昼	令和05年07月09日(日)	

朝	令和05年07月03日(月)	令和05年07月04日(火)	令和05年07月05日(水)	令和05年07月06日(木)	令和05年07月07日(金)	令和05年07月08日(土)	令和05年07月09日(日)
朝	ハムチーズトースト&ミニクリームパン 元気ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング きのこ菜の花のソテー 牛乳	黒糖ミルク カリフラワーサラダ 牛乳	ゆかり御飯 五目豆 しいたけのおみそ汁 グレープジュース	おいものクリームパン ポテトサラダ 牛乳	ホットッグ & ミあんぱん 元気ヨーグルト クリームチーズ	中華粥 黒酢の肉団子 牛乳
昼	麦ごはん 鶏肉の玉葱リソ カリフラワー みそ汁	米飯 たらの野菜あんかけ 酢の物 みそ汁(豆腐)	米飯 和風ハムバーグ ブロッコリーの柚子ドレッシング 和え ピーチムース	米飯 あじのみりん焼き ほうれん草の辛子マヨ和え フルーツ缶(白桃)	七塔うどん ちらし寿司(半量) とうもろこしのかき揚げ フルーツ缶(ミカ)	米飯 あじ唐揚げニラソースかけ ピーマン炒め フルーツ缶(ミカ)	たいめいけん特製ハヤシライス じゃが芋のたらこマヨ和え バナナムース
夕	米飯 双の味噌マヨ焼き 切干大根の炒り煮 夏野菜炒め	米飯 牛しゃぶ さつまいもと昆布の煮物 ほうれん草の和え物	米飯 豆腐チャップル なすのごま味噌煮 揚げ野菜といかの和え物	米飯 鶏肉のチーズリソかけ ハムと野菜のソテー 春菊の白和え	麦ごはん さばの塩焼き 高野豆腐の煮物 かぼちゃのごまドレ和え	米飯 豚肉の味噌炒め 冬瓜の土佐煮 揚げ野菜の和え物	うなぎごはん かきの重ね蒸し おろし和え 抹茶プリン
朝	令和05年07月10日(月)	令和05年07月11日(火)	令和05年07月12日(水)	令和05年07月13日(木)	令和05年07月14日(金)	令和05年07月15日(土)	令和05年07月16日(日)
朝	エッグトースト&ミニクリームパン 元気ヨーグルト パンケーキ	レーズンパストリー 野菜のスープ煮 牛乳	チョコカスター 花野菜のサラダ 牛乳	わかめご飯 ツナとさといもの煮物 チンゲン菜のおみそ汁 アップルジュース	カスタードクリームパン 白菜のクリーム煮 牛乳	マヨロール&黒糖ロール 元気ヨーグルト パンケーキ	シュガーバターコッペ コーンソテー 牛乳
昼	米飯 金目鯛の煮付け あさりと小松菜の酢みそ和え かきたま汁	米飯 さわらのバターしょう油焼き 甘辛煮 コーヒーゼリー	米飯 ラタトゥイユ じゃが芋のガレット 野菜サラダ	塩焼きそば きゅうりとカリフラワーの酢の物 フルーツ缶	米飯 加いの香味焼き ほうれん草の和え物 フルーツ缶(マンゴ)	豚丼 マカロニサラダ フルーツ缶(パイ)	米飯 白身魚の揚げおろし煮 揚げ野菜の和え物 具沢山汁
夕	米飯 揚げ肉団子のあんかけ れんこんの炒り煮 ブロッコリーのごま和え	米飯 鶏肉のはちみつレモン焼 さつまいもの煮物 カラシ	米飯 鮭の山椒焼き だいこんのかにあんかけ 白菜のお浸し	米飯 ぶりのみそ焼き ひじきの煮物 さつまいも炒め	米飯 鶏肉の和風リソかけ キャベツのサラダ すまし汁(つみれ)	麦ごはん さばの味噌漬け焼き さつまいもと油揚げの煮物 小松菜の辛子和え	米飯 豚肉のごまみそ炒め ゆと里芋の煮物 オクラとろろ豆腐
朝	令和05年07月17日(月)	令和05年07月18日(火)	令和05年07月19日(水)	令和05年07月20日(木)	令和05年07月21日(金)	令和05年07月22日(土)	令和05年07月23日(日)
朝	ピザトースト&カスタードロール 元気ヨーグルト クリームチーズ	黒糖パンのフルーツトースト ベーコンと野菜ソテー 牛乳	抹茶リング ほうれん草とウィンナーのソテー 牛乳	菜めし 里芋の煮物 うまい菜のおみそ汁 オレンジジュース	りんりんりんご ブロッコリーサラダ 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク 野菜サラダ 牛乳
昼	麦ごはん ぶりの照り焼き 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(洋梨)	米飯 ねばねば丼 竹輪の磯部揚げ わんこそば	かきあげうどん 豆腐チャップル 小松菜のお浸し	米飯 ひらすの塩麹焼き ゴボウサラダ みそ汁(たまねぎ)	米飯 あじの南蛮漬け ピーマンのオムレツ炒め ぜんざい	米飯 ミートローフ マカロニサラダ コンソメスープ(畑菜)	米飯 かれいの煮付け なすの味噌和え みそ汁(豆腐)
夕	米飯 豚肉の塩炒め かぼちゃの煮物 トマトともずくの和え物	米飯 さばの味噌煮 れんこん炒め ポテトサラダ	米飯 さわらのマスタード焼き だいこんの鳴門煮 パンキンサラダ	米飯 さつまいも炒め 揚げナス ナムル	米飯 親子煮 豆腐と里芋の田楽 ひじき炒め	麦ごはん さばの生姜煮 揚げ野菜とちくわの炒め物 大根炒め	米飯 揚げ鶏の和風リソ もやし炒め レンコンの胡麻ドレ和え
朝	令和05年07月24日(月)	令和05年07月25日(火)	令和05年07月26日(水)	令和05年07月27日(木)	令和05年07月28日(金)	令和05年07月29日(土)	令和05年07月30日(日)
朝	ハムチーズトースト&ミニクリームパン 元気ヨーグルト クリームチーズ	レーズンパストリー ささみと野菜のソテー 牛乳	カスタードクリームパン じゃが芋のコンソメ煮 牛乳	ゆかり御飯 かんぴょうの煮物 小松菜のおみそ汁 グレープジュース	チョコカスター ブロッコリーのツナサラダ 牛乳	アメリカンワッフル 元気ヨーグルト コーンスープ	シュガーバターコッペ マカロニサラダ 牛乳
昼	ひき肉と豆の加 盛り合わせ炒め フルーツ(マンゴー缶) 香の物(福神漬)	米飯 えびと卵の炒め物 ほうれん草のマスタードサラダ 春雨スープ	麦ごはん バサのタンドリー風 ほうれん草としらすのお浸し アイスクリーム	米飯 牛皿 ほうれん草の錦糸和え みそ汁(だいこん)	冷やし中華(醤油) 揚げしゅうまい オクラとわかめのごま風味サラダ	米飯 鶏のおろし煮 ほうれん草のサラダ みそ汁(厚揚げ)	うなぎ いんげんのピーマン和え フルーツ缶(黄桃)
夕	米飯 銀だらの照り焼き 冬瓜の煮物 しろなのお浸し	米飯 鶏のミニトマトリソかけ なすとじゃこの炒め物 キャベツのフルーツドレ和え	米飯 豚肉のねぎ塩だれ 厚揚げと根菜炒め 野菜炒め	米飯 たらの甘酢あんかけ さつまいもの甘煮 揚げ野菜の練りマヨ和え	米飯 とんかつ 冬瓜の煮物 カリフラワーのイタリアン炒め	米飯 鮭のミニ味噌マヨかけ 金平ごぼう もやしのドレッシング和え	麦ごはん ハムバーグの野菜トマトリソかけ ポテトサラダ カレースープ

朝	令和05年07月31日(月)	<p>●今月の行事食●</p> <ul style="list-style-type: none"> 7月 7日(水) 昼食・・・七タメニュー 7月 9日(日) 毎食・・・みんなの日曜日メニュー 7月12日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(世界メニュー：フランス) 7月30日(日) 昼食・・・土用の丑メニュー <p>蒸し蒸しと暑い夏がやってきました。半袖でも暑いぐらいです。6月から徐々に夏メニューに切替え中。冷たい麺類が美味しい時期になりました(*v*) 右の写真は、6月の【キョフテ(ハンバーグ)】です。ヨーグルトソースが決め手の一品。クリームチーズのような味でお肉との相性が絶妙でした。口周りに付けて笑ってる利用者さん多数でした(管理栄養士Y)</p>	
昼	ハムチーズトースト&黒糖ロール 元気ヨーグルト コーンスープ		
夕	米飯 回鍋肉 ぜんまいと厚揚げのごま油炒め カリフラワーのドレッシングかけ		