

※都合により献立変更する場合があります。

日ごろ	昼食	おやつ	日ごろ	昼食	おやつ
1(金)	軟飯 白菜のミルクスープ(白菜、ペーコン、じゃが芋、牛乳) チリ・コン・カーン(豚挽肉、金時豆、玉葱、人参 ケチャップ、トマトピューレ、白ワイン、ローリエ) オクラサラダ(レタス、オクラ、人参、胡瓜)和風 グレープフルーツ	ゆかり軟飯 (ゆかり)	19(火)	ちゃんぽんうどん(うどん、豚肉、かまぼこ、玉葱 人参、キャベツ、もやし、椎茸、葱、きくらげ 牛乳、鶏ガラ、にんにく、生姜、りんご、干し椎茸) 南瓜サラダ(南瓜、胡瓜、レーズン)エッグケア グレープフルーツ	納豆軟飯 (挽き割り納豆)
2(土)	トマトのそうめん (そうめん、ツナ、トマト、ほうれん草) 大根と厚揚げのそぼろあんかけ (大根、厚揚げ、鶏挽肉、いんげん、人参、片栗粉) バナナ	焼肉軟飯 (豚ロース肉、白ごま)	20(水)	軟飯 みそ汁(白菜、しめじ) おから入りつくね(鶏挽肉、おから、葱、人参 椎茸、卵、生姜、片栗粉) めかぶ和え(めかぶ、胡瓜、かぶ) バナナ	マフィン (小麦粉、牛乳、バター ベーキングパウダー)
4(月)	軟飯 みそ汁(茄子、ほうれん草) 炒り鶏(鶏肉、人参、椎茸、絹さや、れんこん ごぼう、大根、だし汁) 酢の物(胡瓜、春雨、ハム、わかめ) バナナ	お豆腐ブラウニー (豆腐、ココア、小麦粉 ベーキングパウダー 牛乳)	21(木)	ツナ軟飯(ツナ、胡瓜、エッグケア) スープ(アスパラ、じゃが芋) トマトサラダ (レタス、トマト、ブロッコリー、胡瓜)フレンチ バナナ	五目軟飯 (鶏肉、人参、ひじき 絹さや、油揚げ)
5(火)	軟飯 スープ(水菜、大根) カジキのコーンエッグケア焼き (カジキ、コーン、クリームコーン、エッグケア) オリエンタルサラダ (レタス、トマト、胡瓜、ミックスピーナッツ)フレンチ グレープフルーツ	小松菜チャーハン(軟飯) (小松菜、焼豚 葱、にんにく、生姜 ごま油)	22(金)	夏野菜カレーライス(軟飯)(鶏肉、トマト、ズッキーニ 茄子、黄パプリカ、にんにく、生姜、カレールウ 小麦粉、バター、ケチャップ、牛乳) キャベツの梅昆布サラダ(キャベツ、梅干し、塩昆布) バナナ	ペーコンとポテトの チーズ焼き (じゃが芋、ペーコン とろけるチーズ、牛乳)
6(水)	豚肉の照り焼き丼(軟飯) (豚ロース肉、キャベツ、片栗粉、刻みのり) みそ汁(玉葱、人参) 切干大根の煮物 (切干大根、人参、椎茸、さつま揚げ) メロン	オレンジゼリー (オレンジジュース みかん、ゼラチン)	23(土)	チャーハン(軟飯)(ツナ、なると、葱、ピーマン にんにく、生姜、ごま油) スープ(豆苗、トマト、春雨) 胡瓜の南蛮漬け(胡瓜、ごま油) バナナ	焼きナゲット (鶏挽肉、木綿豆腐 玉葱、にんにく、生姜 片栗粉)
7(木)	チキンライス(軟飯)(鶏肉、玉葱、マッシュルーム、セロリ 黄パプリカ、ドライパセリ、ケチャップ、バター) きのことほうれん草のスープ (ペーコン、しめじ、舞茸、ほうれん草) カリフラワーサラダ(キャベツ、カリフラワー、人参、胡瓜)和風 バナナ	チーズ蒸しパン (小麦粉、牛乳 ベーキングパウダー スライスチーズ)	25(月)	軟飯 みそ汁(なめこ、ニラ) 厚揚げと豚肉の照り焼き(豚ロース肉、厚揚げ 片栗粉) おかか和え(小松菜、白菜、人参、しめじ、鰯節) グレープフルーツ	あんみつ (小豆、寒天 グラニュー糖、みかん バナナ、パイント、黒糖)
8(金)	冷やし肉みそ丼 (うどん、豚挽肉、葱、人参、椎茸、筍、胡瓜 生姜、みそ、片栗粉) 南瓜のいと煮(南瓜、小豆) バナナ 牛乳	塩昆布軟飯 (塩昆布、白ごま)	26(火)	冷やし鶏だしうどん (うどん、鶏肉、人参、葱、胡瓜、鶏ガラ) わかめサラダ (レタス、大根、人参、わかめ、ごま油)和風 バナナ	シーフードビラフ(軟飯) (貝柱、あさり 玉葱、人参、ピーマン バター)
9(土)	カオマンガイ(軟飯)(鶏肉、にんにく、生姜、葱、みそ オイスターソース、レモン汁、ごま油) スープ(ズッキーニ、玉葱) ブロッコリーのごま和え (ブロッコリー、黒ごま) バナナ	さつま芋蒸しパン (小麦粉、卵、ヨーグルト ベーキングパウダー さつま芋)	27(水)	軟飯 スープ(キャベツ、エリンギ) 茄子のミートグラタン(マカロニ、豚挽肉、茄子 玉葱、人参、にんにく、ケチャップ、トマトピューレ 牛乳、小麦粉、バター、粉チーズ) かぶのフレンチサラダ(かぶ、黄パプリカ、胡瓜) バナナ	大根のみそ田楽 (大根、ちくわ、みそ)
12(火)	軟飯 みそ汁(スナップエンドウ、さつま芋) ポークステー (豚ロース肉、バター、にんにく、赤ワイン) 塩昆布和え(白菜、胡瓜、塩昆布) グレープフルーツ	メープルケーキ (小麦粉、牛乳 ベーキングパウダー メープルシロップ)	28(木)	軟飯 みそ汁(南瓜、しめじ、切干大根) カジキの塩焼き(カジキ) なめ茸キャベツ(キャベツ、人参、なめ茸) オレンジ	ココアケーキ (小麦粉、バター、卵 ベーキングパウダー 牛乳、ココア)
13(水)	スパゲティーイタリアンソースかけ (スパゲティー、鶏肉、ピーマン、玉葱、人参 しめじ、にんにく、白ワイン、生姜、生クリーム、トマトピューレ ホールトマト、ケチャップ、小麦粉、バター) カレーマリネ (キャベツ、胡瓜、コーン、カレー粉)フレンチ バナナ	みそチーズ軟飯 (QBBチーズ、葱、みそ)	29(金)	みそ炒め丼(軟飯) (豚肉、茄子、ピーマン、赤パプリカ、キャベツ しめじ、玉葱、人参、にんにく、生姜、みそ) 五目スープ(葱、高野豆腐、きくらげ、筍、いんげん) 塩麹ナムル(もやし、コーン、小松菜、塩麹) バナナ	きな粉蒸しパン (小麦粉、牛乳、きな粉 ベーキングパウダー)
14(木)	ピビンバ軟飯 (豚挽肉、ほうれん草、もやし、人参) スープ(葱、豆腐、えのき) 切干大根の梅だれサラダ (切干大根、ひじき、油揚げ、胡瓜、白ごま、梅干し) オレンジ	焼きどうもろこし軟飯 (どうもろこし)	30(土)	鶏肉とほうれん草のスパゲティー (スパゲティー、鶏肉、ほうれん草、玉葱、しめじ にんにく、バター) アスパラ入りボテトサラダ (じゃが芋、アスパラ、人参)エッグケア バナナ	黒ごま豆乳プリン (豆乳、ゼラチン バニラエッセンス 黒ごま)
15(金)	軟飯 みそ汁(玉葱、いんげん) 金目鯛の煮付(金目鯛、生姜) オクラのお浸し(小松菜、人参、オクラ) バナナ	南瓜プリン (南瓜、生クリーム 豆乳、ゼラチン)			
16(土)	焼きうどん (うどん、豚肉、玉葱、人参、ピーマン キャベツ、鰯節) ごま和え(ほうれん草、もやし、白ごま) バナナ	ガーリックライス(軟飯) (鶏肉、人参、舞茸 にんにく、バター)			
18(月)	軟飯 スープ(コーン、ニラ) 鰯の香り焼き(鰯、卵、パン粉、小麦粉、青のり) ささみと大葉のサラダ (キャベツ、人参、ささみ、大葉、ごま油)和風 オレンジ	豆乳寒天 (豆乳、寒天 いちごジャム)			