

献立表

現場：サンホームふじみ
期 間：2019/7/1～2019/7/15

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|--|---|--|--|---|--|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 朝食 | | 御飯 大根旨煮 うぐいす豆 味噌汁(玉葱、キャベツ) | 御飯 キャベツとペーコンの煮物 オクラ納豆 味噌汁(麩、ジャガイモ) | 御飯 豆腐ときのこの煮物 サンマの蒲焼き 味噌汁(茄子、トロッコフ) | 御飯 きんぴらごぼう 茸五目玉子焼き 味噌汁(小松菜、油揚げ) | 御飯 ソーセージと野菜の煮物 葱納豆 味噌汁(カブ、エノキ) | 御飯 ツナじゃが オムレツ 味噌汁(ナメコ、キャベツ) |
| 昼食 | | 御飯 カニ玉 ナスとズッキーニ味噌炒め 春雨サラダ 杏仁フルーツ ワカモノのスープ | 夏野菜と魚介のカレーライス 野菜ハムサラダ 漬物(らっきょう) バナナヨーグルト 豆腐のスープ | 御飯 豚しょうが焼き ひじき五目煮 胡瓜の梅和え 甘夏みかん缶 味噌汁(エノキ、茄子) | 御飯 鶏と野菜のおろしソース オクラの和え物 黒豆煮 キウイとモモ きゅうりの冷汁 | 生姜御飯 海老と夏野菜のかき揚げ 卵の花の煮物 胡瓜とワカメの和え物 ぶどう かきたま汁 | 夏野菜と鶏肉そうめん 切干大根の炒め煮 ずんだ白あえ すいか |
| 夕食 | | 御飯 サケの塩焼き 炒り豆腐 青梗菜のお浸し | 麦入り御飯 筑前煮 トマトと青じその和え物 めかぶとろろ | 御飯 トマトソースハンバーグ 大根のサラダ ミニグラタン | 御飯 白身魚の衣焼き キャベツのコンソメ煮 マカロニサラダ | 御飯 豚肉の梅肉ソース なす浸し 小松菜の和え物 | 御飯 海老と野菜のナソース もやしの和え物 しゅうまい |
| 3時 | | 喫茶室ポピー | 飲み物 | 選べるおやつ | じゃがバター | かぼちゃプリン | 季節の和菓子 |
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 朝食 | | 御飯 大根煮物 ししゃも甘露煮 味噌汁(玉葱、エノキ) | 御飯 茄子とペーコンの煮物 納豆山かけ 味噌汁(キャベツ、シメジ) | 御飯 豆腐と野菜の煮物 鯉の甘露煮 味噌汁(なめこ、玉葱) | 御飯 車麩の煮付け 葱入玉子焼き 味噌汁(豆腐、トロッコフ) | 御飯 アサりと小松菜の煮物 胡麻納豆 味噌汁(葱、大根) | 御飯 青梗菜とシメジの煮物 ウインナー 味噌汁(茄子、麩) |
| 昼食 | | 七夕ちらし寿司 星形コロケ 炊き合わせ 吸物(卵豆腐) | 赤紫蘇ごはん 卵の巻煮 なべしぎ もずく和え物 りんご 鶏汁 | 御飯 サケの塩焼き にらと玉子の炒め 煮物(じゃがいも) フルーツ汁 味噌汁(茄子、かぶ) | ハヤシライス トマトサラダ スクランブルエッグ バナナ ワカメスープ | 御飯 鶏肉の炭火焼 煮物(がんも) 小松菜のお浸し すいか 味噌汁(かぶ、えのき) | 御飯 カレイのムニエル ジャーマンポテト 胡瓜のサラダ ブルーベリーヨーグルト にらたまスープ |
| 夕食 | | 御飯 鶏つくね 野菜の炒め いんげんごま和え | 御飯 鶏肉のオープン焼き 海草サラダ キャベツと胡瓜の即席漬 | 御飯 八宝菜 にら中華和え 焼き餃子 | 枝豆ごはん 魚介のシチュー マカロニとブロッコリーのサラダ トマト | 御飯 酢豚 春雨サラダ ザーサイ | 御飯 アジの南蛮漬 かぶの炒り煮 ブロッコリーごま和え |
| 3時 | | 七夕ゼリー | 飲み物 | 選べるおやつ | 水ようかん | 煎餅 | 煮豆 |
| | 14 | 15 | | | | | |
| 朝食 | | 御飯 切干大根とひじきの煮物 だし巻きたまご 味噌汁(トロッコフ、小松菜) | 御飯 煮物(厚揚げ) サバの味噌煮 味噌汁(キャベツ、エノキ) | | | | |
| 昼食 | | 御飯 ビーマン肉詰 夕ラモサラダ かぶとレモンの甘酢漬 | 山菜そば きんぴらごぼう 錦糸しゅうまい しらすおろし | | | | |
| 夕食 | | 御飯 鶏竜田揚げ 煮物(かぼちゃ) あみの佃煮 きのこと根菜の汁 | 御飯 肉じゃが 小松菜の炒め物 キャベツのサラダ | | | | |
| 3時 | | メロン | アイスクリーム | | | | |