

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(土)	ごぼうチャーハン(軟飯)(ごぼう、鶏肉、人参、ひじき 万能葱、にんにく、ごま油) スープ(トマト、貝柱) ほうれん草のなめ茸和え (ほうれん草、人参、なめ茸) バナナ	紅茶のシフォンケーキ (小麦粉、卵、牛乳、紅茶)	19(水)	冷やしきつねうどん (うどん、鶏肉、油揚げ、人参、葱、ほうれん草) なます(大根、人参) バナナ	なめ茸軟飯 (たくあん、なめ茸)
3(月)	トマトスバゲティー (スバゲティー、鶏肉、玉葱、しめじ、小松菜、トマト にんにく、ホールトマト、オリーブ油) ズッキーニのサラダ (レタス、人参、ズッキーニ)フレンチ オレンジ	お好み焼き風軟飯 (キャベツ、ハム、人参 青のり、お好みソース)	20(木)	夏野菜カレーライス(軟飯)(豚肉、玉葱、人参、茄子 黄パプリカ、ズッキーニ、にんにく、生姜、ケチャップ カレールウ、小麦粉、バター、ローリエ、牛乳) ヨーグルトサラダ (キャベツ、胡瓜、パイン缶、ヨーグルト)エッグケア グレープフルーツ	南瓜のスコーン (小麦粉、卵、牛乳、南瓜 ベーキングパウダー バター、カッテージチーズ メープルシロップ)
4(火)	わかめ軟飯(炊き込みわかめ) みそ汁(じゃが芋、椎茸、油揚げ) 野菜炒め(豚肉、チンゲン菜、もやし、人参、しめじ オイスターソース) サラダ(キャベツ、胡瓜、人参、コーン)和風 バナナ	あんこホットク (強力粉、白玉粉、小豆 ドライイースト)	21(金)	軟飯 スープ(クリームコーン、椎茸、片栗粉) ユウリンチー (鶏肉、葱、にんにく、生姜、ごま油、片栗粉) 三色ナムル(もやし、小松菜、人参、白ごま、ごま油) バナナ	ツナ軟飯 (ツナ、エッグケア 刻みのり)
5(水)	軟飯 スープ(黄パプリカ、人参) 魚のチーズパン焼き (カレイ、小麦粉、卵、パン粉、粉チーズ、ケチャップ) きのこソテー(しめじ、えのき、チンゲン菜、バター) グレープフルーツ	ひじきの混ぜ軟飯 (豚挽肉、ひじき、葱 ちくわ、生姜)	22(土)	チャーハン(軟飯)(焼豚、なると、葱、人参、玉葱 コーン、にんにく、生姜) スープ(白菜、しめじ) もやし炒め (もやし、人参、キャベツ、オイスターソース) バナナ	マフィン (小麦粉、卵 バター、牛乳 ベーキングパウダー)
6(木)	軟飯 スープ(小松菜、玉葱、エリンギ) 鶏肉の葱みそ焼き(鶏肉、葱、みそ) 大根と厚揚げの煮物(大根、人参、ひじき、厚揚げ) バナナ	メープルマフィン (小麦粉、牛乳、卵 メープルシロップ、バター ベーキングパウダー)	24(日)	軟飯 清汁(かまぼこ、葱) 鶏肉の生姜焼き(鶏肉、生姜、白ワイン、玉葱) 酢の物(大根、胡瓜、人参) オレンジ	りんごのパウンドケーキ (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー りんご)
7(金)	七夕ちらし寿司(軟飯)(ハム、人参、絹さや 干し椎茸、かんぴょう、桜でんぶ、オクラ) 清汁(葱、わかめ) みそ和え(チンゲン菜、もやし、人参、油揚げ、みそ) オレンジ	夜空ゼリー (ゼラチン、カルピス、寒天 ぶどうジュース、みかん グラニュー糖) せんべい	25(火)	塩焼きうどん(うどん、豚肉、もやし キャベツ、ニラ、人参、玉葱、塩焼きそばソース) 納豆オクラサラダ (挽き割り納豆、レタス、オクラ、人参)和風 グレープフルーツ	チヂミ (小麦粉、玉葱、ニラ 人参 ごま油、片栗粉 とろけるチーズ)
8(土)	みそうどん (うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ、もやし にんにく、生姜、みそ) さつまいものレモン煮(さつまいも、レモン汁) バナナ	炊き込み軟飯 (ベーコン、しめじ、人参)	26(水)	軟飯 みそ汁(コーン、万能葱) レバーのごまソース絡め(レバー、生姜、ケチャップ 中濃ソース、白ごま、片栗粉、牛乳) 切干大根の煮物 (切干大根、人参、椎茸、さつまいも) バナナ	焼きとうもろこし (とうもろこし)
10(月)	そうめん (そうめん、ささみ、人参、葱、オクラ、トマト) 白菜と胡瓜の塩昆布和え (白菜、胡瓜、塩昆布) グレープフルーツ	深川めし(軟飯) (あさり、人参、万能葱 生姜)	27(木)	軟飯 スープ(えのき、豆苗) 鮭のレモンソースがけ(鮭、レモン汁、バター) パプリカサラダ(キャベツ、赤パプリカ、黄パプリカ) フレンチ グレープフルーツ	青のり軟飯 (青のり、鰹節 ごま油)
11(火)	タコライス(軟飯)(豚挽肉、玉葱、レタス、トマト にんにく、ケチャップ、ウスターソース、中濃ソース カレー粉) スープ(きくらげ、白菜) サラダ(キャベツ、人参、胡瓜)和風 バナナ	ココアケーキ (小麦粉、卵、ココア バター、牛乳)	28(金)	中華丼(軟飯)(豚肉、白菜、玉葱、人参、椎茸 いんげん、きくらげ、生姜、片栗粉) スープ(アスパラ、エリンギ) オクラのお浸し(小松菜、人参、オクラ) バナナ	ミルク蒸しパン (小麦粉、牛乳、練乳 ベーキングパウダー バニラエッセンス)
12(水)	軟飯 みそ汁(ちくわ、ごぼう) カジキの醤油ソテー(カジキ、醤油、バター) もやしのチャンプルー (もやし、人参、椎茸、木綿豆腐、絹さや、ハム) バナナ	きな粉寒天 (寒天、豆乳 グラニュー糖 黒糖、きな粉)	29(土)	鶏塩うどん (うどん、鶏肉、白菜、えのき、人参、葱) 茄子と胡瓜の浅漬け(茄子、胡瓜、生姜) バナナ	芋餅 (じゃが芋、片栗粉)
13(木)	軟飯 スープ(えのき、さつまいも) スパニッシュおやき (じゃが芋、ウインナー、QBBチーズ、トマト、玉葱 ケチャップ) ブロッコリーサラダ(キャベツ、ブロッコリー、人参) フレンチ バナナ	鮭茶漬(軟飯) (甘塩鮭、万能葱 刻みのり)	31(月)	軟飯 みそ汁(小松菜、わかめ) 切干大根の炒め物(切干大根、人参、油揚げ ひじき、片栗粉) ゆかり和え(キャベツ、胡瓜、ゆかり) グレープフルーツ	ほうれん草マフィン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー ほうれん草 QBBチーズ)
14(金)	チキンピラフ(軟飯)(鶏肉、ピーマン、人参、玉葱 バター) スープ(赤パプリカ、貝柱) みかんサラダ(レタス、胡瓜、みかん)フレンチ オレンジ	チーズ蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 グラニュー糖 スライスチーズ ベーキングパウダー)			
15(土)	チンジャオロース丼(軟飯)(豚肉、ピーマン 赤パプリカ、もやし、筍、オイスターソース、片栗粉) スープ(豆腐、ひじき) コールスロー(キャベツ、胡瓜、人参)エッグケア バナナ	バターケーキ (小麦粉、バター、卵 ベーキングパウダー)			
18(火)	軟飯 豆乳スープ(南瓜、エリンギ、豆乳) 豚肉のにんにくみそ焼き(豚ロース肉、にんにく みそ) ささみの煮浸し(小松菜、もやし、ささみ) オレンジ	鶏だし雑炊 (鶏肉、レタス、人参、葱 片栗粉、押麦、鶏ガラ)			