



献立表



| | 7/15(月) | 7/16(火) | 7/17(水) | 7/18(木) | 7/19(金) | 7/20(土) | 7/21(日) |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 朝 | 米飯 味噌汁(小松菜・もやし) 里芋の含め煮 牛乳 梅びしお | 米飯 味噌汁(厚揚げ・ほうれん草) 白菜の煮浸し 牛乳 味付のり | 米飯 味噌汁(大根・葉大根) 肉じゃが 牛乳 海苔ふりかけ | 米飯 味噌汁(里芋・なめこ) 金平牛蒡 牛乳 玉子風味ソース | 米飯 味噌汁(小松菜・えのき) さつま芋の煮物 牛乳 たらこふりかけ | 米飯 味噌汁(さつま芋・葱) 卵の花の炒り煮 牛乳 海苔佃煮 | 米飯 味噌汁(ほうれん草・もやし) 切干大根の煮付け 牛乳 鮭ふりかけ |
| 昼 | タコライス ほうれん草と玉子のスープ 人参しりしり マンゴー缶  | 米飯 味噌汁(里芋・えのき) ビーフン炒め スナップエンドウの煮物 いちごムース | 米飯 味噌汁(キャベツ・ブナピー) ほっけの塩焼き 大豆の煮物 胡瓜の胡麻ドレ和え | とうもろこしご飯 清汁(花麩・三つ葉) 夏野菜とキスの天ぷら かに玉子ロール 手作り抹茶ババロア | 米飯【桃の日】 味噌汁(白菜・椎茸) 鱈の香味あんかけ 里芋の煮物 ★大根の煮物 手作り桃ゼリー  | 米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 焼き肉風 蓮根の煮物 ぶどうムース | 米飯 味噌汁(キャベツ・ブナピー) 鶏肉のおからムニエル ツナじゃが 黄桃缶 |
| 夕 | 米飯 味噌汁(玉麩・貝割れ) 鯖の生姜煮 冬瓜の海老餡煮 いんげんの胡麻マヨ和え | 米飯【辛子の日】 清汁(切麩・葱) 鶏肉の木の芽味噌焼き カリフラワーソテー 辛子和え  | 米飯 清汁(冬瓜・葱) 松風焼き 長芋のり塩バター炒め ★きのこのり塩バター炒め オレンジ | 米飯 味噌汁(さつま芋・しめじ) 豆腐の五目煮 糸蒟蒻の炒め煮 二色和え | 米飯 わかめスープ 韓国風甘辛鶏 春巻き ナムル | 米飯 清汁(豆腐・貝割れ) 鶏肉の治部煮 茄子のごま味噌煮 白菜の甘酢生姜和え | 米飯 味噌汁(玉葱・わかめ) ホキの南蛮漬け 大根と油揚げの煮物 さつま芋サラダ |
| おやつ | 手作り 海の日ゼリー | チョコパイ | 吹雪饅頭 | 雪の宿 | レモンケーキ | マリービスケット | 黒糖丸ぼうろ |

海の日…日本は、四面を海に囲まれ、世界でも最も海の恩恵を受けている国の一つです。私たちは、古くから海に生活の多くを依存するとともに、海を交通の手段に活用して文化等の交流を図り、海と親しみながら今日の日本を築き上げてきました。海の恩恵に感謝し、海を大切にすることを目的に、海の日は「国民の祝日」とされました。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります

