



予定献立表



	7月31日(日)	8月1日(月)	8月2日(火)	8月3日(水)	8月4日(木)	8月5日(金)	8月6日(土)
朝食	御飯 みそ汁 いわしのカツオ煮<常> インゲンの胡麻和え 納豆 漬物<常> R1ヨーグルト 	御飯 みそ汁 天ぷらの炒り煮 中華春雨<常> 白菜のおかか和え 漬物<常> R1ヨーグルト	パン ささ身と椎茸のミルクスープ 目玉焼き パンプキンサラダ チーズ<常> カップゼリー R1ヨーグルト 	御飯 みそ汁 さんまの生姜煮<常> 高菜炒め 味付けのり<常> 漬物<常> R1ヨーグルト <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ソフト食 たんぱくん トウフィールごま </div>	御飯 みそ汁 栄養豆腐 青梗菜のお浸し ふりかけ<常> 漬物<常> R1ヨーグルト <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ソフト食 たんぱくん </div>	パン 野菜スープ ウィンナーと野菜のソテー ごぼうのサラダ プルーンの紅茶煮<常> ウエハース<常> R1ヨーグルト <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ソフト食 CP10ゼリー </div>	御飯 みそ汁 竹輪の金平 大根の煮物 たいみそ<常> 漬物<常> R1ヨーグルト  <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ソフト食 たんぱくん </div>
昼食	御飯 スコッチエッグ 豚肉とレンコンの煮物 もやしとニラのソテ<常> キャベツのレモン和<常> 清汁 フルーツ和え 	御飯 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の含め煮<常> ピーマンの炒め物<常> ブロッコリーのサラダ かき玉汁 果物<常>	御飯 和風ハンバーグ 山くらげの炒め物 ジャガイモの白煮<常> 和風サラダ<常> 清汁 豆腐ブラマンジェ 	御飯 アジのマルセイユ風 揚げ南瓜の黒胡椒かけ キャベツとにんにくの芽のソテー 大根と貝割れのサラダ<常> 野菜スープ コーヒーゼリー	おにぎり 冷やしサラダうどん 帆立のバター焼き 卵とニラの炒め物 白菜のゆず和え<常> フルーツジュース<常> 	御飯 柳川風煮 アスパラの炒め物 胡瓜と生姜の和え物<常> 漬物<常> 清汁 果物<常>	五目チャーハン ブロッコリーとカニカマのあんかけ 春巻 福神漬<常> 中華スープ ゆかりゼリー 
夕食	御飯 牛肉の下ろし添え 白滝のタラコ炒め ひじきとくわいのサラ<常> 漬物<常> みそ汁	御飯 白身魚のトマトソースかけ キャベツのコンソメ炒め 春雨とあさりの炒め物 もやしとりのりのさっと煮 胡瓜の酢の物<常> みそ汁	御飯 たらの煮つけ 花麩の卵とじ にらの卵とじ カリフラワーとエビのサラダ 果物<常> みそ汁	親子丼 花豆腐のあんかけ 胡瓜の梅香和え 胡瓜とみょうがの和え物 ところてん 清汁 	御飯 赤魚のホイル焼き こんにゃくのチリソース ひじきとこんにゃくの炒め煮 胡瓜とザーサイの和え物<常> 白いんげんの甘煮 清汁	御飯 サバの韓国風漬け焼き かぼちゃのおかか煮 かぼちゃのそぼろ煮 うの花炒め カリフラワーの甘酢和え<常> みそ汁 	御飯 豚肉のくわ焼 冬瓜のそぼろ煮 青梗菜と春雨のソテ<常> なすのお浸<常> みそ汁  <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> ソフト食 ご飯に合うソース ブロッカ </div>