

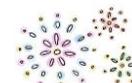
7月予定献立一覧表



令和7年7月1日 ~ 令和7年7月6日

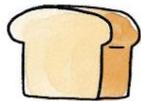
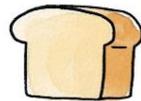
		7月1日(火)	7月2日(水)	7月3日(木)	7月4日(金)	7月5日(土)	7月6日(日)
朝 昼 夕		御飯 なすの甘辛炒め 青梗菜と蒸し鶏の和え物 味噌汁(かぼちゃ・ごぼう) 牛乳	御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 エノキと白菜のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・小松菜) 牛乳	御飯 ハム入り野菜炒め オクラのシラス和え 味噌汁(なす・なめこ) ジョア 	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブロccoliソース キャベツのサラダ コンソメスープ 牛乳	御飯 つみれと野菜の煮物 カリフラワーのマリネ 味噌汁(水菜・わかめ) 牛乳	御飯 ハンペンと野菜煮物 サツマ芋の胡麻サラダ 味噌汁(ひらたけ・ねぎ) 牛乳
		御飯 海老と生揚げのスイートチリソース かぶの含め煮 オクラのゆず風味 中華スープ リンゴ・ヨーグルト	御飯 スパニッシュオムレツ 野菜(レンコン・人参)のクリーム煮 大根サラダ コンソメスープ フルーツ・パン缶	御飯 ますのポン酢かけ 里芋の含め煮 キュウリとカブのサラダ 味噌汁(麩・玉ねぎ) フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉の柳川風煮 レンコンのソテー ゴーヤのおかかサラダ すまし汁(麩・キヌサヤ) フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 魚(シルバー)のカレムニエル 夏野菜のさっぱり炒め ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ・パン缶	御飯 魚の香味焼(アジ) 切干大根の煮物 青梗菜と蒸し鶏の磯和え 味噌汁(里芋・ごぼう) フルーツ・ミカン缶
		御飯 鶏肉の梅肉焼 付合せ(ほうれん草) カリフラワーの薄くず煮 インゲンの生姜和え 味噌汁(さつま芋・水菜)	御飯 めばるの山椒煮 ぜんまいの炒り煮 中華冷奴 味噌汁(麩・葉大根)	御飯 鶏肉のパン粉焼 さつま芋のきんぴら キャベツのカシ和え 味噌汁(青梗菜・わかめ)	御飯 焼き魚の葱ソース 小松菜のじゃこ炒め オクラの胡麻和え 味噌汁(かぼちゃ・葉大根)	御飯 鶏肉と豆腐の旨煮 かぶの和風炒め インゲンの錦糸和え 味噌汁(はんぺん・畑菜)	御飯 肉団子の酢豚風 モヤシの炒め物 三色煮豆 中華スープ
1 日 合 計		kcal 1364.9 kcal 水分 852.9 g 蛋白質 58.9 g 脂質 39.41 g 食塩相当 8.17 g	kcal 1400.1 kcal 水分 821.56 g 蛋白質 63.38 g 脂質 40.26 g 食塩相当 8.53 g	kcal 1240.2 kcal 水分 694.61 g 蛋白質 56.52 g 脂質 23.23 g 食塩相当 7.66 g	kcal 1372.3 kcal 水分 755.44 g 蛋白質 57.74 g 脂質 46.09 g 食塩相当 7.84 g	kcal 1387.9 kcal 水分 755.35 g 蛋白質 55.27 g 脂質 44.35 g 食塩相当 7.39 g	kcal 1346.6 kcal 水分 707.41 g 蛋白質 51.5 g 脂質 29.25 g 食塩相当 7.82 g
備考	※仕入れの都合によりメニューが変わる場合があります。何卒ご了承下さい。						

7月予定献立一覧表



弦巻の家

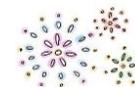
令和7年7月7日 ~ 令和7年7月13日

	7月7日(月)	7月8日(火)	7月9日(水)	7月10日(木)	7月11日(金)	7月12日(土)	7月13日(日)
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウィナーと野菜のスープ煮 ブロッコリーのチーズサラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 目玉焼 付合せ(ほうれん草・人参) 白菜のサラダ 味噌汁(麩・ねぎ) 牛乳	御飯 インゲンとサツマ揚の煮物 カブのゆかり和え 味噌汁(冬瓜・キヌサヤ) 牛乳	御飯 キャベツと生揚げの炒め物 なすのドレッシングがけ 味噌汁(麩・スナップエンドウ) ジョア 	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 卵と野菜の炒め物 サツマ芋サラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 チンゲン菜とシラスの煮物 カリフラワーのサラダ 味噌汁(人参・菜の花) 牛乳	御飯 もやしの干しエビ炒め 菜の花の錦糸和え 味噌汁(麩・さつまいも) 牛乳
昼	★七夕メニュー★ 散らし寿司(七夕) 豆腐のチャンプル 冬瓜のかあんかけ すまし汁(そうめん・ねぎ) デザート 	御飯 さばの味噌煮 ほうれん草と干しエビの炒め物 大根の和風和え すまし汁(葉大根) フルーツ・マンゴー缶	御飯 豚肉のオイスターソース炒め さつまいものレモン煮 モヤシの中華サラダ 中華スープ フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 鶏の治部煮 ブロッコリーのかに風味あんかけ ゴーヤの辛子和え すまし汁(はんぺん・畑菜) フルーツ・ミカン缶	《健康長寿御膳》 ～たんぱく質強化～ コーンの五穀ごはん たらのアケアハツア ローズマリーポテト 夏野菜の梅サラダ コンソメスープ パンナコッタ 	御飯 メンチカツ 南瓜のグラッセ オクラのドレッシング和え コンソメスープ ヨーグルト・フルーツソース	御飯 麻婆豆腐 カブの炒め 玉葱のおかかサラダ 中華スープ フルーツ・パイン缶
夕	御飯 チキンピカタ じゃが芋のカリッソテー きゅうりとアスパラのマリネ コーンポタージュ	御飯 鶏肉と根野菜の炒め なすの揚げ浸し 春雨の酢の物 味噌汁(豆腐・小松菜)	御飯 魚の卵とじ(たら) カリフラワーの炒め オクラのドレッシング和え 味噌汁(かぼちゃ・ひらたけ)	御飯 めばるのチーズ焼き じゃが芋のコンソメ煮 小松菜のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・大根)	御飯 豚肉と野菜の五目煮 海老シューマイ キャベツの中華和え 中華スープ	御飯 魚(シルバー)の煮付け 大根のバター醤油炒め 煮豆 味噌汁(豆腐・ねぎ)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 里芋のずんだ和え 春雨サラダ すまし汁(はんぺん・水菜)
1日合計	kcal 1541.4 水分 796.18 g 蛋白質 66.24 g 脂質 54.64 g 食塩相当 9.11 g	kcal 1412.1 水分 724.82 g 蛋白質 53.87 g 脂質 46.02 g 食塩相当 7.43 g	kcal 1326.5 水分 777.65 g 蛋白質 54.08 g 脂質 34.68 g 食塩相当 7.62 g	kcal 1311.8 水分 693.74 g 蛋白質 53.75 g 脂質 33.64 g 食塩相当 6.56 g	kcal 1542.8 水分 760.83 g 蛋白質 61.55 g 脂質 60.35 g 食塩相当 8.47 g	kcal 1345.8 水分 732.38 g 蛋白質 50.24 g 脂質 36.83 g 食塩相当 6.76 g	kcal 1395.3 水分 795.19 g 蛋白質 55.5 g 脂質 43.16 g 食塩相当 7.57 g

※仕入れの都合によりメニューが変わる場合があります。何卒ご了承下さい。

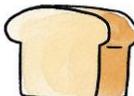
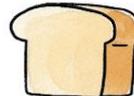
備考

7月予定献立一覧表



弦巻の家

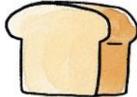
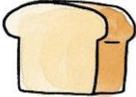
令和7年7月14日 ~ 令和7年7月20日

	7月14日(月)	7月15日(火)	7月16日(水)	7月17日(木)	7月18日(金)	7月19日(土)	7月20日(日)
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン オムレツ 付合せ(カリフラワー) 南瓜のサラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 ガンモと野菜の煮物 白菜のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ) 牛乳	御飯 ハンペンとフキの煮物 カブのゆかり和え 味噌汁(玉ねぎ・菜の花) 牛乳	御飯 厚焼卵 白菜のサラダ 味噌汁(油揚げ・ねぎ) ショア 	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ジャーマンポテト ブロッコリーのサラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 里芋と人参の煮物 ほうれん草とツナの和え物 味噌汁(なめこ・オクラ) 牛乳	御飯 青梗菜とアサリの炒め物 小松菜と蒸し鶏のサラダ 味噌汁(麩・トコロ昆布) 牛乳
昼	《ハヤシライスの日》 ハヤシライス ほうれん草とツナのソテー じゃが芋のサラダ コンソメスープ フルーツ・ミカン缶 	御飯 エビと玉子の塩炒め 青梗菜のクリーム煮 オクラとワカメの中華和え 中華スープ フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏の唐揚げおろしあん モヤシとピーマンのソテー カリフラワーのクルミ和え すまし汁(そうめん・しいたけ) ヨーグルト・フルーツソース	御飯 めばるの梅ソース 車麩のそぼろあんかけ オクラのお浸し 味噌汁(青梗菜・人参) フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 ミートボールのコンソメ煮 マカロニソテー(カレー) トマトとそら豆のサラダ ポタージュ フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏肉の胡麻味噌焼 茄子の炒り煮 お豆のサラダ すまし汁(白菜・葉大根) フルーツ・リンゴ缶	《夏祭りメニュー》 夏の塩やきそば たこ焼き サツマ芋サラダ 味噌汁(ひらたけ・ねぎ) デザート 
夕	御飯 魚の韓国風照焼(サバ) 根野菜の炒り煮 ブロッコリーの和風和え 味噌汁(菜の花・しめじ)	御飯 魚の酒蒸(たら) さつま芋とちくわの煮物 小松菜とカニカマのサラダ 味噌汁(人参・ひらたけ)	御飯 豆腐メンタイソース煮 冬瓜のひすい煮 人参のフレンチサラダ 味噌汁(里芋・畑菜)	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め さつま芋のレーズン煮 ほうれん草の生姜風味 野菜椀(ごぼう・筍・ねぎ)	御飯 揚魚(マルルサ)の野菜あん 竹輪入り切干大根の煮物 ハンパキンサラダ 味噌汁(豆腐・わかめ)	御飯 えび玉あんかけ アスパラソテー 春雨の中華サラダ 中華スープ	御飯 たらのハーブグリル スツキニのガーリックソテー スパゲティーサラダ コンソメスープ
1 日 合 計	kcal 1433.8 水分 744.66 蛋白質 57.3 脂質 50.4 食塩相当 9.05	kcal 1301.5 水分 780.06 蛋白質 53.32 脂質 36.03 食塩相当 8.26	kcal 1303.8 水分 884.55 蛋白質 57.53 脂質 34.33 食塩相当 7.79	kcal 1334.1 水分 660.01 蛋白質 50.99 脂質 29.92 食塩相当 6.9	kcal 1385.8 水分 723.43 蛋白質 51.21 脂質 38.3 食塩相当 7.95	kcal 1361.7 水分 743.09 蛋白質 58.64 脂質 39.44 食塩相当 7.17	kcal 1497.4 水分 801.08 蛋白質 58.64 脂質 41.57 食塩相当 8.72
備 考	※仕入れの都合によりメニューが変わる場合があります。何卒ご了承下さい。						

7月予定献立一覧表



令和7年7月21日 ~ 令和7年7月27日

	7月21日(月)	7月22日(火)	7月23日(水)	7月24日(木)	7月25日(金)	7月26日(土)	7月27日(日)
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スクランブルエッグ かぶの和風和え コンソメスープ 牛乳 	御飯 豆とひき肉のトマト炒め ピーナッツ和え(モヤシ) 味噌汁(いんげん・人参) 牛乳	御飯 茄子とピーマンの鍋しぎ ゆかり風味(ブロッコリー) 味噌汁(冬瓜・わかめ) 牛乳	御飯 白菜の卵とじ インゲンの和風ドレッシング 味噌汁(菜の花・さつま芋) ショア 	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ホイルウインナー キュウリと大豆のサラダ コンソメスープ 牛乳 	御飯 肉詰めいなりの煮物 カリフラワーのサラダ 味噌汁(玉ねぎ・かぼちゃ) 牛乳	御飯 竹輪の野菜炒め カブとワカメの梅和え 味噌汁(水菜・ひらたけ) 牛乳
	御飯 魚(ハサ)のタルタルソース焼 付合せ(そらまめ) ふぎと油揚げの煮物 カリフラワーのサラダ 味噌汁(なめこ・玉ねぎ) フルーツ・ミカン缶	御飯 豚肉の漬焼・オロン添え 里芋の田楽 ほうれん草とかまぼこのサラダ すまし汁(そうめん・ねぎ) フルーツ・黄桃缶	御飯 鶏と車麩の煮物 小松菜と竹輪の炒め物 ジャガ芋とコーンのサラダ 味噌汁(ひらたけ・玉ねぎ) フルーツ・パイン缶	御飯 めばるの照焼 ぜんまいの炒り煮 カブの梅じそドレッシング すまし汁(しいたけ・キヌサヤ) 洋梨ヨーグルト	《花想い・ハレの日寿司》: かに寿司 コーンロケ 三平汁 ブルーベリーデザート 		御飯 豚肉の生姜焼 冬瓜とアサリの炒め物 ブロッコリーのサラダ すまし汁(かまぼこ・キヌサヤ) フルーツ・白桃缶
夕	御飯 青椒鶏肉絲 中華風煮(冬瓜・人参・まいたけ) なすのドレッシングかけ 中華スープ	御飯 ふくさ卵焼 付 銀あん アスパラの和風炒め オクラのポン酢和え 味噌汁(さつま芋・キャベツ)	御飯 豆腐ハンバーグ 南瓜のいとこ煮 チンゲン菜の辛子和え すまし汁(水菜・トロロ昆布)	御飯 生揚げの酢豚風 かにシューマイ キャベツとツナの中華和え 中華スープ	御飯 魚(シルバー)の南部焼 ゴボウと里芋の味噌煮 モスクとオクラの酢の物 すまし汁(ひらたけ・ねぎ)	御飯 豆腐のかに風味あんかけ 人参シソ ほうれん草の磯和え 味噌汁(麩・葉大根)	御飯 鶏肉の塩麹焼 カリフラワーのカレー風味煮 モヤシとピーマンの和え物 すまし汁(そうめん・ねぎ)
	1 日 合 計	kcal 1387.6 水分 764.68 蛋白質 56.63 脂質 52.16 食塩相当 7.71	kcal 1359.9 水分 777.67 蛋白質 57.94 脂質 38.4 食塩相当 7.31	kcal 1395.3 水分 746.1 蛋白質 50.57 脂質 38.47 食塩相当 7.75	kcal 1313.1 水分 706.9 蛋白質 55.4 脂質 35.75 食塩相当 7.02	kcal 1422.3 水分 740.22 蛋白質 55.79 脂質 47.93 食塩相当 8.9	kcal 1303.1 水分 800.88 蛋白質 55.63 脂質 39.44 食塩相当 7.65

*仕入れの都合によりメニューが変わる場合があります。何卒ご了承下さい。

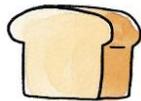
備考

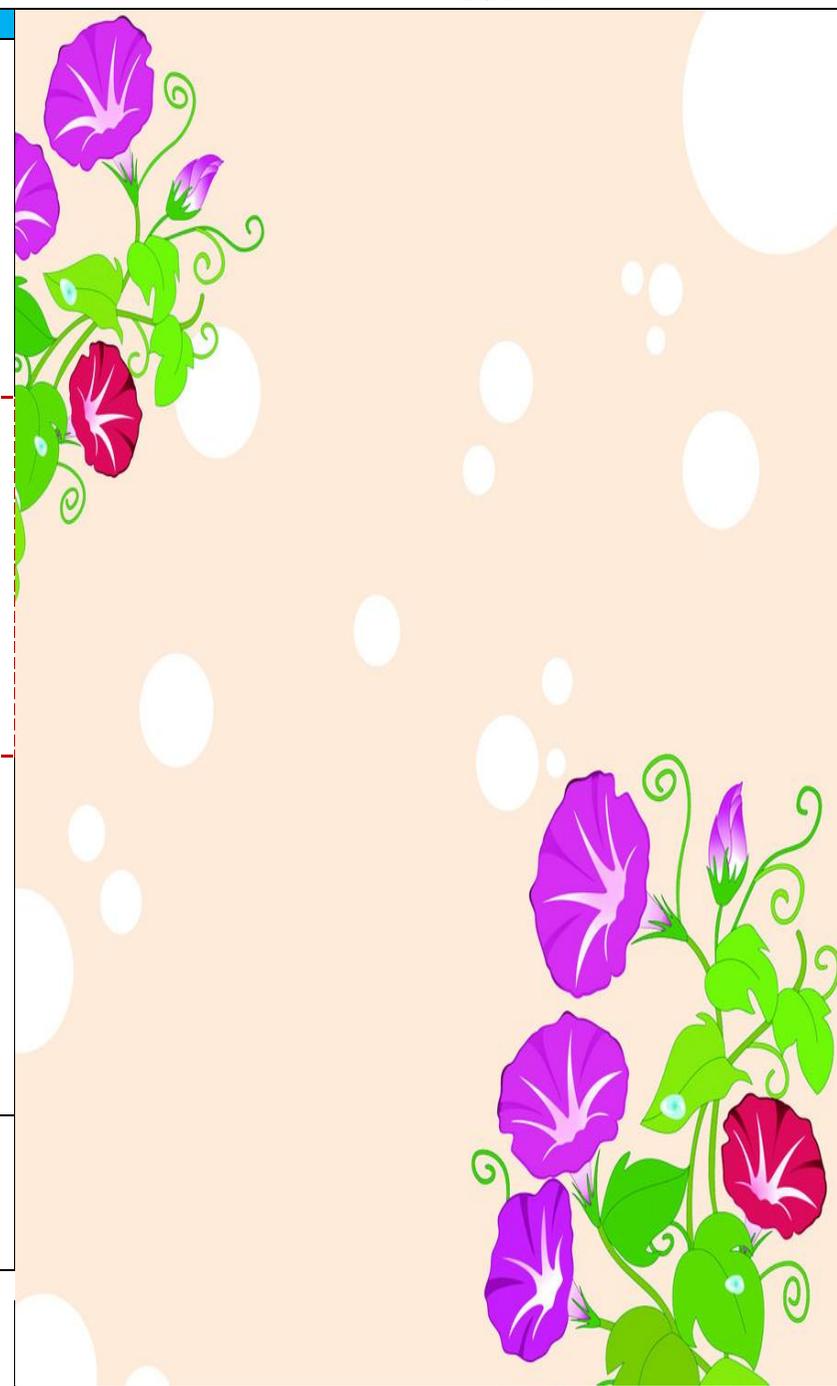
7月予定献立一覧表



弦巻の家

令和7年7月28日 ~ 令和7年7月31日

	7月28日(月)		7月29日(火)		7月30日(水)		7月31日(木)	
朝	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 目玉焼 白菜と人参のサラダ コンソメスープ 牛乳 		御飯 かぶのそぼろ煮 オクラのおかか和え 味噌汁(玉ねぎ・なめこ) 牛乳		御飯 魚肉ソーセージの野菜炒め モヤシの胡麻ドレッシング 味噌汁(葉大根・油揚げ) 牛乳		御飯 ミートオムレツ ホウレン草の和風ドレッシング 味噌汁(里芋・白菜) ジョア 	
	昼	御飯 筑前煮 大根の炒め物 小松菜とハムのサラダ すまし汁(葉大根・トロ昆布) フルーツ・パン缶		御飯 アジフライ さつま揚げと玉葱の煮物 インゲンの生姜和え 味噌汁(冬瓜・わかめ) フルーツ・黄桃缶		御飯 魚(ハサ)のトマトソース 付合せ(アスパラ・玉ねぎ) 大根とウィンナーのコンソメ煮 シェルマカロニサラダ ホタージュ フルーツ・ミカン缶		《土用の丑の日》 ひつまぶし(鰻) カリフラワーのそぼろあん オクラのとろろ和え すまし汁(麩・ねぎ) 抹茶パナロー 
夕		御飯 魚(メルルサ)のハーブキュー ソース焼き 付合せ(菜の花・玉ねぎ) なすのくず煮 春雨とひじきのサラダ 味噌汁(麩・かぼちゃ)		御飯 カニ玉 ホウレンソウの炒め物 カリフラワーの中華ドレッシング 中華スープ		御飯 肉じゃが(豚肉) ブロccoliとハムの炒め物 ピーナッツ和え(白菜) 味噌汁(なす・ねぎ)		御飯 魚すり身の松風焼 ひじきの炒め煮 茹きゃべつとツナのサラダ 味噌汁(麩・かぼちゃ)
	1 日 合 計	kcal 1330.3 水分 728.03 蛋白質 51.02 脂質 40.46 食塩相当 7.78	kcal g g g g	kcal 1341.6 水分 781.83 蛋白質 52.09 脂質 39.8 食塩相当 8.26	kcal g g g g	kcal 1412.8 水分 788.05 蛋白質 56.15 脂質 44.19 食塩相当 7.52	kcal g g g g	kcal 1432.2 水分 677.47 蛋白質 60.98 脂質 36.52 食塩相当 7.95



備考
※仕入れの都合によりメニューが変わる場合があります。何卒ご了承下さい。