

令和5年7月の献立

献立表

月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日			
10・24				11・25				12				13・27				14・28				1・15・29			
初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期	
つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	くつつ煮込みうどん	うどん 絹豆腐 人参 ほうれん草
白身魚ペースト	白身魚	白身魚の野菜煮	白身魚 ピーマン 人参	絹豆腐ペースト	絹豆腐	絹豆腐の くたくた煮	絹豆腐 玉葱 人参	ささみペースト	ささみ	ささみの野菜煮	ささみ ピーマン 玉葱	白身魚ペースト	白身魚	白身魚の煮物	白身魚 小松菜 人参	ささみペースト	ささみ	茄子の和え物	茄子 胡瓜	絹豆腐ペースト	絹豆腐	オレンジ	
チンゲン菜ペースト	チンゲン菜	胡瓜の和え物	胡瓜 もやし	人参ペースト	人参	トマトサラダ	トマト キャベツ	キャベツ	キャベツ	ポテトサラダ	じゃが芋 人参	冬瓜ペースト	冬瓜	チンゲン菜の和え物	チンゲン菜 玉葱	じゃが芋ペースト	じゃが芋			ほうれん草ペースト	ほうれん草		
		野菜汁	茄子 チンゲン菜			【中期】野菜汁 【後期】味噌汁	長芋 人参 味噌 (後期)			野菜汁	ズッキーニ キャベツ			【中期】野菜汁 【後期】味噌汁	冬瓜 じゃが芋 味噌 (後期)								
★オレンジケーキ		オレンジ	小麦粉 塩 ベーキングパウダー 三温糖(後期)	とうもろこし				ウエハース				【中期】★パン粥 【後期】★プレーンパン		強力粉 塩 三温糖 粉ミルク 油 ドライイースト		バナナ				せんべい			
3・31				4・18				5・19				6・20				21				8・22			
つぶし粥	米	【中期】和風雑炊 【後期】和風丼	米 絹豆腐 人参 玉葱 グリーンピース	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】お粥 【後期】軟飯	米	つぶし粥	米	くつつ煮込みうどん	うどん ささみ 人参 ほうれん草
絹豆腐ペースト	絹豆腐	パプリカのサラダ	パプリカ 胡瓜	白身魚ペースト	白身魚	白身魚のくたくた煮	白身魚 もやし じゃが芋	ささみペースト	ささみ	ささみの野菜煮	ささみ 玉葱 人参	白身魚ペースト	白身魚	白身魚の野菜煮	白身魚 ズッキーニ パプリカ	豆腐ペースト	絹豆腐	豆腐の野菜煮	絹豆腐 玉葱 南瓜	ささみペースト	ささみ	バナナ	
胡瓜ペースト	胡瓜	野菜汁	茄子 玉葱	もやしペースト	もやし	ズッキーニの和え物	ズッキーニ 人参	じゃが芋ペースト	じゃが芋	パプリカの和え物	パプリカ 人参	茄子ペースト	茄子	もやしのサラダ	もやし 小松菜	小松菜ペースト	小松菜	胡瓜のサラダ	胡瓜 人参	人参ペースト	人参		
						【中期】野菜汁 【後期】味噌汁	小松菜 玉葱 味噌 (後期)			野菜汁	じゃが芋 キャベツ			【中期】野菜汁 【後期】味噌汁	チンゲン菜 茄子 味噌 (後期)			野菜汁	人参 小松菜				
★じゃが芋スティック		じゃが芋		【中期】★野菜おじや 【後期】★おかかおにぎり		米 人参 玉葱		★りんごゼリー		りんご 粉寒天 三温糖(後期)		★人参蒸しパン		人参 小麦粉 塩 ベーキングパウダー 三温糖(後期)		【中期】★きなこおじや 【後期】★きなこおにぎり		米 きな粉		米 きな粉 三温糖			ウエハース

※献立は都合により変更する場合があります。
※★マークは手作りおやつです。

※後期食は味付けに醤油や塩を極少量使用しますがなるべく素材そのものの味で提供します。
※毎日10時15時にお茶または牛乳を飲んでいきます。

【7月7日(金)お誕生感謝会】

【初期】・つぶし粥…米 ・ささみペースト…ささみ ・人参ペースト…人参

【中期】・お粥…米 【後期】・軟飯…米
・ささみの野菜煮…ささみ、パプリカ、人参
・ポテトサラダ…じゃが芋、胡瓜
・トマトスープ…トマト、玉葱

おやつ

・★七夕ゼリー…オレンジ、人参、粉寒天、三温糖(後期)

★7月 旬の食材★

胡瓜 ズッキーニ さやいんげん
とうもろこし トマト ピーマン
長芋 鯿 鰯

