

# 予 定 献 立

				1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝 食				<p>ご飯 京がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・葱) 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜つみれの煮物 ツナと小松菜の和え物 みそ汁(里芋・えのき) 牛乳</p>	<p>キャロットロール チキンボールのコンソメ煮 ほうれん草のフレンチ和え ママレード 牛乳</p>	<p>あさり雑炊 だし巻卵 オクラのなめたけ和え たいみそ 牛乳</p>
昼 食				<p>ご飯 鶏肉のトマトソースかけ 蒲鉾とほうれん草の炒め物 カレー風味マカロニサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)</p>	<p>ご飯 白身魚の南蛮漬け 大豆とひじきの煮物 カリフラワーサラダ みそ汁(しろな・貝割れ)</p>	<p>ご飯 豚肉の玉葱ソース炒め さつまいもの甘煮 二色和え みそ汁(豆腐・葱)</p>	<p>ご飯 鶏肉の柚子風味焼き 里芋の煮物 カリフラワーサラダ みそ汁(若布・麩)</p>
間 食				ドームケーキ(チョコ)	エリーゼ	きなこミルクムース	蒸しパン
夕 食				<p>ご飯 あじの味噌焼き 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え マンゴー缶</p>	<p>ご飯 中華風卵焼き 南瓜の煮物 青梗菜のナムル しば漬け</p>	<p>ご飯 めばるの山椒焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味 フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ 茄子の含め煮 小松菜の胡麻和え オレンジ</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

サンハイム荒川

# 予定献立

	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝食	<p>ご飯 ますの塩焼き 畑菜のわさび和え みそ汁(しめじ・大根葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 じゃが芋のとツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(しろな・麩) 牛乳</p>	<p>ご飯 フィッシュソーセージソテー ほうれん草のお浸し みそ汁(さつま芋・水菜) 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 野菜つみれの煮物 みそ汁(しめじ・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 豆腐のそぼろかけ 茄子の和風和え みそ汁(もやし・えのき) 牛乳</p>	<p>食パン スクランブルエッグ 白菜の和え物 リンゴジャム 牛乳</p>	<p>きのこ雑炊 大根とさつま揚げの炒め煮 青菜の柚子醤油和え のりつく 牛乳</p>
昼食	<p>シーフードカレー ハムサラダ 福神漬け メロンムース</p>	<p>麦ごはん カニクリームコロッケ・メンチカツ ブロッコリーソテー 胡瓜の浅漬け みそ汁(玉葱・にら)</p>	<p>☆七夕☆ 七夕そうめん 鶏ささみの変わり揚げ 天の川サラダ 星のゼリー</p>	<p>ご飯 さわらの照り焼き 冬瓜の煮物 白菜の中華和え みそ汁(麩・小松菜)</p>	<p>ご飯 さばの塩レモン焼き ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え みそ汁(玉葱・絹さや)</p>	<p>ご飯 白身魚の揚げびたし じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(とろろ・葱)</p>	<p>ご飯 タンドリーチキン 茄子とピーマンの炒め物 あさりと胡瓜のポン酢和え コンソメスープ(小松菜・人参)</p>
間食	チョコパイ	きみしぐれ	カスタードケーキ	ブドウゼリー	カステラ饅頭	チョコババロア	かりんとうドーナツ
夕食	<p>ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め 冬瓜の生姜煮 青梗菜のお浸し 洋梨缶</p>	<p>ご飯 白身魚のみりん焼き レバーと蓮根の旨煮 もやしのポン酢和え みかん缶</p>	<p>ご飯 赤魚の煮付け ごぼうとさつま揚げの炒め煮 畑菜のおかか和え うずら豆</p>	<p>ご飯 ベーコンのキッシュ あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ 黄桃缶</p>	<p>麦ごはん ハンバーグ 青梗菜のソテー フレンチサラダ 赤しその実漬け</p>	<p>ご飯 ポークチャップ カリフラワーソテー 野菜サラダ マンゴー缶</p>	<p>ご飯 ぶりの漬け焼き もやしの炒め物 しろなの和え物 きやらぶき</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予定献立

	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)
朝食	ご飯 とりつくね マカロニサラダ みそ汁(白菜・揚げ) 牛乳	ご飯 厚揚げと大根の煮物 長いもとろろ みそ汁(小松菜・若布) 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ いんげんの胡麻和え みそ汁(もやし・麩) 牛乳	ご飯 だし巻卵 青菜としらすのポン酢和え みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	ホタテ雑炊 炒り豆腐 オクラのおかか和え うめびしお 牛乳	黒糖ロール ミートボール 小松菜の磯和え いちごジャム 牛乳	ご飯 がんもの煮物 白菜と青梗菜のお浸し みそ汁(玉葱・若布) 牛乳
昼食	ご飯 たらのしそ塩麴焼き 冬瓜のかにあんかけ キャベツの胡麻ドレ和え みそ汁(玉葱・絹さや)	中華飯 肉焼売 胡瓜と昆布の中華和え 中華スープ(えのき・大根葉)	ご飯 あじの香味焼き ほうれん草の煮浸し カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・貝割れ)	ポークカレー ツナと野菜のパスタサラダ 福神漬け いちごババロア	ご飯 赤魚のみりん焼き 里芋のそぼろ煮 しろなの辛し和え みそ汁(かぶ・揚げ)	じゃじゃ麺 海鮮焼売 揚げ茄子の香味和え マスカットゼリー	❖お祝い膳❖ 赤飯 天ぷら盛り合わせ 茶碗蒸し もずくトマト お吸物(とろろ・オクラ) ロールケーキ
間食	パインゼリー	抹茶蒸しパン	きみしぐれ	バームクーヘン	ヨーグルトムース	ドームケーキ(カスタード)	酒まんじゅう
夕食	ご飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ 白桃缶	ご飯 ほきのチーズ焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 茄子のポン酢和え キウイ	ご飯 チキンカツ ウインナーとかぶのコンソメ煮 トマトサラダ みかん缶	麦ごはん めばるの煮付け れんこんきんぴら ブロッコリーサラダ しその実漬け	ご飯 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜ナムル 黄桃缶	ご飯 たらのマスタード焼き 鶏とごぼうの旨煮 もやしの和え物 うぐいす豆	ご飯 さばの生姜煮 さつま芋のレモン煮 しろなの中華和え きやらぶき

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予定献立

	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
朝食	<p>ご飯 オムレツ</p> <p>カリフラワーの青じそ和え みそ汁(うまい菜・揚げ)</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯 納豆</p> <p>しろなとさつま揚げの煮浸し みそ汁(さつま芋・三つ葉)</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯 いわしの蒲焼き</p> <p>大根のマヨネーズ和え みそ汁(畑菜・しめじ)</p> <p>牛乳</p>	<p>かにクッパ</p> <p>厚揚げの治部煮 青梗菜の和え物</p> <p>ゆずみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 絹さやの卵とじ</p> <p>白菜のゆかり和え みそ汁(しめじ・水菜)</p> <p>牛乳</p>	<p>食パン</p> <p>ソーセージとピーマンのソテー ほうれん草のとツナの和え物</p> <p>ママレード 牛乳</p>	<p>ご飯 里芋のそぼろ煮</p> <p>オクラのポン酢和え みそ汁(豆腐・三つ葉)</p> <p>牛乳</p>
昼食	<p>ご飯 鶏肉の照り焼き</p> <p>もやしのカレーソテー ほうれん草のわさび和え コンソメスープ(ポテト・コーン)</p>	<p>ご飯 ほきの和風ムニエル</p> <p>茄子の含め煮 キャベツの和え物</p> <p>みそ汁(若布・椎茸)</p>	<p>ご飯 若鶏の山賊揚げ</p> <p>冬瓜の海老あんかけ 胡瓜の塩昆布和え</p> <p>みそ汁(豆腐・かぶ葉)</p>	<p>豚丼</p> <p>小松菜とあさりの炒め物 花野菜マリネ</p> <p>みそ汁(麩・大根葉)</p>	<p>ご飯 めぬけの煮つけ</p> <p>中華風きんぴら 冷奴</p> <p>みそ汁(里芋・貝割れ)</p>	<p>ご飯 豚肉の塩麩ソテー</p> <p>ごぼうの甘辛炒め 小松菜とえのきの和え物</p> <p>みそ汁(麩・うまい菜)</p>	<p>夏野菜キーマカレー キャベツサラダ 福神漬け キウイゼリー</p>
間食	シュークリーム	ピーチゼリー	ロールケーキ	杏仁豆腐	レモンケーキ	ブドウムース	抹茶ワッフル
夕食	<p>ご飯 白身魚のポン酢かけ</p> <p>ひじきの煮物 小松菜の胡麻マヨ和え</p> <p>洋梨缶</p>	<p>ご飯 豚肉の胡麻味噌炒め</p> <p>ぜんまい煮 青梗菜のお浸し</p> <p>みかん缶</p>	<p>麦ごはん 和風卵焼き</p> <p>里芋の煮物 ほうれん草のクルミ和え</p> <p>パイン缶</p>	<p>ご飯 あじの味噌漬け焼き</p> <p>かぶの土佐煮 キャベツとハムの和え物</p> <p>リンゴ缶</p>	<p>ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き</p> <p>茄子の煮浸し 春雨の甘酢和え</p> <p>赤しその実漬け</p>	<p>ご飯 白身魚の照り焼き</p> <p>切干大根の煮物 青梗菜の柚子風味和え</p> <p>白桃缶</p>	<p>ご飯 かに玉 焼ビーフン</p> <p>ハムと白菜の中華サラダ フルーツカクテル</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予 定 献 立

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	
朝 食	<p>ご飯 納豆</p> <p>ベーコンといんげんの炒め物 みそ汁(冬瓜・豆苗) 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>ウインナーと白菜のコンソメ煮</small></p> <p>ブロッコリーサラダ みそ汁(卵・若布) 牛乳</p>	<p>菜飯雑炊 とりつくね</p> <p>カリフラワーの和え物 たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 あんかけ卵焼き</p> <p>ほうれん草の磯和え みそ汁(里芋・揚げ) 牛乳</p>	<p>ご飯 大根と鶏肉の煮物</p> <p>畑菜の和え物 みそ汁(キャベツ・しめじ) 牛乳</p>	<p>バターロール ツナポテト</p> <p>カリフラワーサラダ リンゴジャム 牛乳</p>	
昼 食	<p>ご飯 白身魚のタルタル焼き</p> <p>さつま揚げと昆布の炒り煮 畑菜の和え物 みそ汁(揚げ・大根葉)</p>	<p>エビピラフ 牛肉コロッケ</p> <p>マカロニサラダ <small>コンソメスープ(マッシュルーム・絹さや)</small></p>	<p>ご飯 赤魚の生姜煮</p> <p>ちくわと玉葱のソテー さつま芋サラダ みそ汁(しめじ・貝割れ)</p>	<p>ご飯 チキンステーキ</p> <p>青菜のソテー 南瓜サラダ <small>コンソメスープ(畑菜・人参)</small></p>	<p>冷やし中華 焼餃子</p> <p>青梗菜のナムル 青りんごゼリー</p>	<p>ご飯 豚肉のマスタードソテー</p> <p>しろなの煮浸し 春雨サラダ お吸物(はんぺん・貝割れ)</p>	
間 食	リンゴムース	クリームパン	抹茶ババロア	いちご蒸しパン	炭酸饅頭	和風パンケーキ	
夕 食	<p>麦ごはん 豚肉の味噌炒め</p> <p>南瓜の甘煮 大根サラダ オレンジ</p>	<p>ご飯 めばるの七味焼き</p> <p>肉じゃが ほうれん草の白和え 洋梨缶</p>	<p>ご飯 肉豆腐</p> <p>蓮根の塩麴炒め 小松菜のおかか和え うずら豆</p>	<p>ご飯 さばの香味焼き</p> <p>冬瓜のくず煮 オクラの生姜醤油和え パイン缶</p>	<p>麦ごはん たらの香り揚げ</p> <p>いんげんの炒め煮 卵豆腐 黄桃缶</p>	<p>ご飯 擬製豆腐</p> <p>ひじきの五目煮 白菜の辛し和え 桜大根</p>	

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。