

予 定 献 立

							1日(日)
朝 食							ご飯 車麩の吉野煮 小松菜のお浸し みそ汁(椎茸・大根葉) 牛乳
昼 食							ご飯 ぶりのバター醤油焼き 鶏肉と冬瓜の煮物 トマト奴 みそ汁(ほうれん草・揚げ)
間 食							ピーチムース
夕 食							麦ごはん 豚肉の生姜焼き 茄子の味噌田楽 畑菜とえのきの胡麻和え みかん缶

※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

	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)
朝 食	<p>ご飯 にしんの梅煮 <small>ちくわと青梗菜の炒め物 みそ汁(さつま芋・貝割れ)</small> 牛乳</p>	<p>かに風味雑炊 野菜炒め 温泉卵 たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(えのき・麩)</small> 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>がんと冬瓜の煮物 とろろの和え物 みそ汁(玉葱・貝割れ)</small> 牛乳</p>	<p>ご飯 炒り豆腐 <small>青菜としらすの胡麻醤油和え みそ汁(もやし・水菜)</small> 牛乳</p>	<p>食パン カニカマ卵とじ <small>カリフラワーの青しそ風味</small> いちごジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(玉葱・絹さや)</small> 牛乳</p>
昼 食	<p>ご飯 バンバンジー かに焼売 白菜の和え物 <small>中華スープ(きくらげ・玉葱)</small></p>	<p>コーンごはん めぬけの塩麴焼き 里芋の煮物 <small>しろなのみぞれ和え みそ汁(しめじ・葱)</small></p>	<p>ご飯 タンドリーチキン <small>レバーとごぼうの旨煮 胡瓜の塩昆布和え みそ汁(もやし・大根葉)</small></p>	<p>豆カレー <small>鶏肉の柚子風味焼き ブロッコリーサラダ</small> 福神漬け 抹茶ムース</p>	<p>鰻ちらし 炊き合わせ づぼ漬け <small>お吸物(若布・花麩)</small> すいか</p>	<p>ご飯 <small>白身魚のレモン蒸し あさりと冬瓜の煮物</small> 南瓜サラダ <small>みそ汁(青梗菜・葱)</small></p>	<p>冷やしそば <small>夏野菜のかき揚げ 鶏肉と大根の煮物</small> プリン</p>
間 食	ミニあんパン	ブドウゼリー	カステラ饅頭	ドームケーキ(カスタード)	バニラババロア	ココアワッフル	どら焼き
夕 食	<p>ご飯 <small>白身魚の揚げびたし 大根きんぴら カリフラワーのゆかり和え フルーツカクテル</small></p>	<p>ご飯 <small>豚肉のポン酢炒め ブロッコリーソテー ビーンズサラダ 昆布佃煮</small></p>	<p>ご飯 <small>あじの照りだれ焼き かぶの煮物 野菜の甘酢漬け 洋梨缶</small></p>	<p>ご飯 <small>ベーコンのキッシュ 茄子の炒め物 二色和え みかん缶</small></p>	<p>ご飯 <small>牛肉のしぐれ煮 さつま芋の煮物 ほうれん草のおかか和え</small> パイン缶</p>	<p>ご飯 <small>豚肉のオイスター炒め</small> 豆腐焼売 白菜のナムル 黄桃缶</p>	<p>ご飯 <small>ぶりの生姜煮 もやしのソテー 畑菜のわさび和え 茶福豆</small></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

	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)
朝 食	ホタテ風味雑炊 豆腐の含め煮 キャベツとツナのサラダ うめびしお 牛乳	ご飯 えびと冬瓜の煮物 小松菜の和え物 みそ汁(しめじ・若布) 牛乳	ご飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 ウインナーと野菜のケチャップ炒め 青梗菜としらすの和え物 みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳	ご飯 ちくわの甘辛煮 小松菜の磯和え みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	キャロットロール チャウダー ほうれん草の胡麻醤油和え ママレード 牛乳	洋風粥 スクランブルエッグ 青梗菜とツナの和え物 ゆずみそ 牛乳
昼 食	ご飯 焼き肉風炒め物 春雨の中華和え あさりと白菜のトロミ煮 みそ汁(じゃが芋・絹さや)	麦ごはん めばるの葱醤油焼き ナウとピーマンの炒め物 もやしの胡麻醤油和え お吸物(はんぺん・かぶ菜)	三食丼 じゃが芋の含め煮 胡瓜の青じそ和え みそ汁(玉葱・大根葉)	ご飯 白身魚の香味蒸し 冬瓜のくず煮 マカロニサラダ お吸物(素麺・貝割れ)	麦ごはん 豚肉の梅みそ焼き もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ みそ汁(卵・にら)	ご飯 鶏肉の竜田揚げ かぶの煮物 さつま芋サラダ みそ汁(椎茸・絹さや)	ポークカレー カリフラワーの和え物 福神漬け ジョア
間 食	メロンゼリー	レモンケーキ	カフェオレゼリー	マドレーヌ	いちごムース	ずんだどら焼き	ドームケーキ(チョコ)
夕 食	ご飯 千草焼き ひじきの煮物 青梗菜のお浸し 桜大根	ご飯 鶏肉のハニーマスタード焼き ごぼうの甘辛炒め オクラのポン酢和え フルーツカクテル	ご飯 たらのフライ ほうれん草のバターソテー 野菜サラダ オレンジ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 五目豆腐 白菜のお浸し うずら豆	ご飯 赤魚の照り焼き 南瓜の甘煮 もずく酢 みかん缶	ご飯 さばの煮付け れんこんきんぴら しろなの辛し和え きやらぶき	ご飯 めぬけの漬け焼き 海老焼売 中華和え 黄桃缶

※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

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝 食	ご飯 五目がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 野菜炒め 小松菜としらすのお浸し みそ汁(里芋・えのき) 牛乳	ご飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(玉葱・若布) 牛乳	ご飯 だし巻卵 オクラのなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝割れ) 牛乳	鮭雑炊 ちくわのソテー 畑菜のわさび和え たいみそ 牛乳	食パン じゃが芋とツナの炒め物 青菜の和風サラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 とりつくね ほうれん草のお浸し みそ汁(さつま芋・水菜) 牛乳
昼 食	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 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)	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)	冷しゃぶうどん さつま芋の甘煮 和風和え 杏仁ムース	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 お吸物(とろろ・葱)	ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め 里芋の煮物 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(若布・揚げ)	ご飯 カニクリームコロッケ・メンチカツ ブロッコリーサラダ きのこソテー みそ汁(玉葱・にら)	ご飯 赤魚の煮付け きんぴらごぼう 彩りサラダ みそ汁(豆腐・絹さや)
間 食	ライチゼリー	バームクーヘン	蒸しパン	炭酸饅頭	エクレア	メロンムース	カスタードケーキ
夕 食	麦ごはん あじの味噌焼き ちくわの炒め煮 大根の塩昆布和え マンゴー缶	ご飯 中華風卵焼き 南瓜の煮物 青梗菜のナムル 赤しその実漬け	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	麦ごはん 鶏肉の柚子醤油ソース 茄子の含め煮 小松菜のごまあえ オレンジ	ご飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜の生姜煮 青梗菜のお浸し 洋梨缶	ご飯 白身魚のみりん焼き レバーとれんこんの旨煮 もやしのポン酢和え しば漬け	ご飯 ポークソテー 大根とさつま揚げの煮物 畑菜のおかか和え うずら豆

※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

	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)
朝 食	ご飯 お魚豆腐の煮物 青菜の和え物 みそ汁(しめじ・若布) 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろかけ 茄子の和風和え みそ汁(玉葱・オクラ) 牛乳	ご飯 厚焼き卵 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・揚げ) 牛乳	きのこ雑炊 <small>大根とさつま揚げの炒め煮</small> マカロニサラダ のりつく 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 納豆 みそ汁(白菜・水菜) 牛乳	黒糖ロール ジャーマンポテト <small>小松菜とホタテのサラダ</small> いちごジャム 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ <small>いんげんの胡麻マヨ和え</small> みそ汁(もやし・麩) 牛乳
昼 食	ご飯 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 白菜の中華サラダ みそ汁(麩・小松菜)	麦ごはん さばの塩レモン焼き ちくわと里芋の煮物 ほうれん草の香味和え 中華スープ(えのき・大根葉)	シーフードカレー ハムサラダ 福神漬け ジョア	ご飯 ポークチャップ <small>茄子とピーマンの炒め物</small> ポン酢和え <small>コンソメスープ(小松菜・人参)</small>	ご飯 たらしのしそ塩麩焼き 冬瓜のかにあんかけ キャベツのクルミ和え みそ汁(ほうれん草・絹さや)	冷やし中華 餃子 青梗菜のナムル ビタミンゼリー	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)
間 食	チョコババロア	きみしぐれ	青りんごゼリー	味噌饅頭	パインゼリー	抹茶蒸しパン	水まんじゅう
夕 食	ご飯 お好み焼き風卵焼き <small>あさりとブロッコリーの炒め物</small> 春雨サラダ 黄桃缶	ご飯 八宝菜 肉焼売 <small>胡瓜と昆布の和え物</small> マンゴー缶	ご飯 鶏肉の玉葱ソース ほうれん草のソテー 野菜サラダ パイン缶	ご飯 ぶりの漬け焼き かぶの洋風煮 しろなの胡麻和え きやらぶき	ご飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ 白桃缶	ご飯 ホキのチーズ焼き 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 <small>かぶと油揚げの含め煮</small> トマトサラダ みかん缶

※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

	30日(月)	31日(火)					
朝 食	<p>ご飯 だし巻卵 青菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳</p>	<p>ご飯 炒り豆腐 オクラのおかか和え みそ汁(大根・大根葉) 牛乳</p>					
昼 食	<p>ご飯 ミートローフ 小松菜の和え物 さつま芋のレモン煮 コンソメスープ(若布・人参)</p>	<p>ご飯 赤魚のみりん焼き じゃが芋のそぼろ煮 しろなのからし和え みそ汁(揚げ・葱)</p>					
間 食	いちごババロア	クリームワッフル					
夕 食	<p>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</p>	<p>ご飯 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル 黄桃缶</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。