




2024年7月

献立表

ショートステイさくら

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
昼						
	赤飯 太刀魚の生姜醤油焼き さつま芋の甘露煮 なすの胡麻だれ すまし汁	きつねうどん 鮭の混ぜご飯 たまご豆腐 玉ねぎとトマトの甘酢和え	かに玉 蒸し鶏のごまだれ和え ナムル ごはん 中華スープ	ひき肉となすのカレーライス 盛合わせサラダ 福神漬け レアチーズケーキ	鯖の味噌煮 大根とあげの煮物 きゅうりとわかめの酢の物 ごはん 味噌汁	七夕献立 
夕						
	豆腐ハンバーグ れんこんのきんぴら スパゲティサラダ ごはん 味噌汁	鶏の照り焼き 青梗菜と平天の煮物 ごぼうサラダ ごはん 味噌汁	豚の生姜焼き ブロッコリーのおかか和え なます ごはん 味噌汁	ぶりの煮つけ 卵の花煮 酢の物 ごはん 味噌汁	鶏のさっぱり煮 ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ ごはん すまし汁	ロールキャベツ いわし磯辺フライ 春雨の酢の物 ごはん 味噌汁
7	8	9	10	11	12	13
昼						
赤魚の塩焼き シュウマイ いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁	タラのソテーハニーソース 野菜豆ごった煮 もやしの甘酢和え ごはん 味噌汁	三色丼 ハムチーズフライ 夏野菜と昆布の和え物 すまし汁 フルーツ	すき焼き煮 しらすおろし さつま芋のレモン煮 ごはん 味噌汁	散らし寿司 白菜としめじのお浸し すまし汁 水ようかん	八宝菜 三角春巻き 金時豆 ごはん 味噌汁	天ぷら うまい菜のおかか和え ごはん 漬物 すまし汁
夕						
豚しゃぶ ひじき煮 鶏とネギのさつま揚げ ごはん 味噌汁	豚肉のニラ玉炒め 小芋の煮物 うまい菜のおかか和え ごはん 味噌汁	炒り豆腐 ほうれん草のソテー キャベツの和え物 ごはん 味噌汁	トーフ 温湯卵 胡瓜の梅肉和え ごはん	鶏の治部煮 ブロッコリーのからし和え 冷やっこ ごはん 味噌汁	太刀魚の梅煮 チンゲン菜と卵の炒め物 きゅうりの味噌和え ごはん すまし汁	肉団子の甘酢あんかけ かぼちゃの煮物 ひじきのサラダ ごはん 味噌汁
14	15	16	17	18	19	20
昼						
鮭のタルタル焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁	お好み焼き 甘辛炒め煮 春雨の酢の物 ごはん 味噌汁	チキンソテー 茄子の煮びたし うまい菜のごま和え ごはん 味噌汁	エビフライ 冬瓜の煮物 オクラのごま和え ごはん 味噌汁	鯖の菜種焼き ぜんまいの煮物 かぼちゃのいとこ煮 ごはん 味噌汁	豚しゃぶカレー 海藻サラダ 福神漬け プリン	エビマヨ 小松菜のお浸し ごぼうのそぼろ和え ごはん 中華スープ
夕						
鶏肉のみそ炒め 白菜のうま煮 人参とピーマンのごま和え ごはん 味噌汁	ツナじゃが 卵焼き カニ風味サラダ ごはん 味噌汁	蒸したらのきのこあんかけ さつま芋のレモン煮 小松菜とがんもの煮物 ごはん すまし汁	お誕生日メニュー 	鶏と筍の煮合わせ 柱フライ ほうれん草のなめ草和え ごはん 味噌汁	赤魚の煮付け キャベツの和え物 厚揚げの煮物 ごはん 味噌汁	肉豆腐 ピーマンのじゃこ炒め もずく酢 ごはん 味噌汁
21	22	23	24	25	26	27
昼						
たらのソテー 茄子のねぎソースかけ さつま芋サラダ ごはん 味噌汁	焼きそば シュウマイ ごはん 漬物 味噌汁	肉じゃが やわらかいか天ぷら ねばねば和え ごはん 味噌汁	土用の丑献立 	天ぷら 白菜の柚子和え ごはん 佃煮 味噌汁	焼きカレイの野菜あんかけ 青梗菜のさつと煮 おくらのおかか和え ごはん 味噌汁	ゴーヤチャンプルー 筍の土佐煮 ごはん 冷やし汁 佃煮
夕						
豚の甘辛煮 人参とわかめの土佐煮 3色豆のツナマヨサラダ ごはん 味噌汁	鯖の柚子焼き 湯葉入り青梗菜炒め煮 きのこのきんぴら ごはん 味噌汁	赤魚の西京焼き 五目煮豆 ほうれん草のごま和え ごはん すまし汁	鮭の塩焼き 冬瓜と揚げの煮物 きゅうりとささみの梅和え ごはん 味噌汁	鶏つくね焼き 茄子の煮びたし 切干大根と胡瓜の和え物 ごはん 味噌汁	チンジャオロース 山芋と納豆の和え物 春雨サラダ ごはん 味噌汁	たらの味噌煮 ブロッコリーとえびの炒め物 なめこおろし ご飯 すまし汁
28	29	30	31			
昼						
牛肉とキャベツの甘辛炒め マカロニサラダ 長芋のゆかり和え ごはん 味噌汁	サラダ巻き いなり寿司 ほうれん草のからし和え 赤だし フルーツ	鯖のおろし煮 蓮根のサラダ ひじき煮 ごはん 味噌汁	鶏のパン粉焼き 小松菜と竹輪の煮物 豆のごまだれサラダ ごはん コンソメスープ			
夕						
いわしの山椒煮 茄子と厚揚げのそぼろみそ煮 人参と蒸し鶏のサラダ ごはん 味噌汁	炒り鶏 卵焼き トマトサラダ ごはん 味噌汁	豚肉と野菜の煮物 大学芋 もやしのナムル ごはん 味噌汁	鯖のしそ香味焼き ふわふわ豆腐の煮物 キャベツのレモン酢 ごはん 味噌汁			

※ メニューは変更になる場合があります。