

# 月間献立表

令和1年7月

長岡福祉協会 福祉プラザさくら川 特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

		2019年7月1日(月)	2019年7月2日(火)	2019年7月3日(水)	2019年7月4日(木)	2019年7月5日(金)	2019年7月6日(土)	2019年7月7日(日)
朝食		米飯 肉団子の照り焼き おからごぼう 柴漬け 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム チキンと大豆のトマト煮込み 野菜サラダ コーンスープ 牛乳	米飯 焼き鯖 卵の花 ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 南瓜のそぼろ煮 たくあん 味噌汁 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ 里芋あんかけ 大根としその漬け物 味噌汁 牛乳	米飯 さつまあげスナッフエンドウ添え 菜の花とベーコンの炒め あまのり佃煮 味噌汁 牛乳	米飯 鶏肉といんげんの煮物 切り干し大根の煮物 子持ち昆布の佃煮 味噌汁 牛乳
	B	豚肉のマスタード焼き	うめごはん	米飯	米飯	米飯	七夕そうめん	米飯
昼食	S	赤魚のマリネ	鶏肉の照り焼き	メルルーサのハーブ焼き	鶏肉のから揚げ	メルルーサの生姜ソテー	(桜海老、玉ねぎ、にんじん、アスパラ)	鶏肉の南蛮漬け
		ブロッコリーサラダ きのこのバターソテー コンソメスープ	じゃがいものそぼろ煮 コールスローサラダ 吸い物	カリフラワーサラダ オレンジゼリー コンソメスープ	温野菜サラダ なめたけおろし 味噌汁	ひじきと大豆の煮物 いんげんの生姜醤油 吸い物	ちくわの磯辺揚げ 冷やし鉢 フルーツ (メロン)	さつま芋の甘露煮 ねばねばサラダ 味噌汁
夕食	B	スペイン風オムレツ	牛肉と玉ねぎのソテー	めかじきの蒸し野菜かけ	なつおでん	海老といかのチリソース	かれのいカレームニエル	鶏肉の旨塩焼き
	S	肉豆腐	鮭の味噌マヨネーズかけ	車麩の卵とじ	小松菜のおひたし	回鍋肉	高野豆腐と牛肉の煮物	あじの梅だれ
		いんげんの炒め物 キャベツとハムの和え物 味噌汁	冬瓜のあんかけ きゅうりと春雨の和え物 吸い物	生姜田楽 かにかまの和え物 吸い物	コンポート (パイン)	青梗菜とかにかマの和え物 ザーサイとしらたきの炒り煮 味噌汁	にんじんときゅうりのサラダ 豆の煮物 味噌汁	焼きなすの和風マリネ じゃがいものくすみ和え 吸い物
		2019年7月8日(月)	2019年7月9日(火)	2019年7月10日(水)	2019年7月11日(木)	2019年7月12日(金)	2019年7月13日(土)	2019年7月14日(日)
朝食		米飯 あつやきたまご さつまいものそぼろ煮 すぐき 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム ウィンナー&スクランブルエッグ ほうれん草とコーンのソテー コーンスープ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ 春雨サラダ 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 鶏肉とレンコンの煮物 たくあん 味噌汁 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き 切り昆布と油揚げの煮物 ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	サンドイッチ ポトフ フルーツヨーグルト	米飯 鶏肉といんげんの煮物 茄子の吉野煮 ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳
	B	すずきのジェノバソース	なすのミートグラタン	めだいのごまだれ	豚肉しょうが焼き	かれのいから揚げみぞれあん	牛皿	メカジキの香味焼き
昼食	S	鶏肉のマヨネーズ焼き	メルルーサのカレーソース	鶏肉の旨塩焼き	さけの味噌マヨネーズかけ	豚肉となすの甘辛炒め	えびたま	鶏肉のカレーソース
		青梗菜と蒸し鶏の和え物 フルーツ(オレンジ) 味噌汁	コールスローサラダ フルーツ (パイアヤ) コンソメスープ	肉団子とかぶの煮物 紅白なます 味噌汁	ポテトサラダ コンポート (パイン) 味噌汁	えびボールの煮物 いんげんとホタテの和え物 味噌汁	ほうれんそうとえのきののりあえ ワインゼリー 味噌汁	じゃがいもとちくわのソテー フルーツ (バナナ) 吸い物
夕食	B	豚肉と野菜のオイスターソース炒め	魚の西京漬け焼き	八宝菜	しらすゆかりご飯	鶏肉のくわ焼き	まだらのピカタトマトソース	麻婆豆腐
	S	すずきの南蛮漬け	ゆで豚の夏野菜ソース	青ひらすの中華風照り焼き	きんめだい煮つけ	すずきの黄身焼き	鶏肉の南蛮漬け	かれのい黒酢あん
		中華風春雨の酢の物 キャベツの中華サラダ 味噌汁	きんぴらごぼう かぼちゃのサラダ 吸い物	しゅうまい マンゴプリン 中華スープ	とうがんと揚げの煮物 ねばねばサラダ 吸い物	ブロッコリーの炒め きゅうりとアスパラサラダ 吸い物	切干大根の胡麻和え コールスローサラダ コンソメスープ	いんげんとにんじんの炒り煮 オレンジゼリー 中華スープ
		2019年7月15日(月)	2019年7月16日(火)	2019年7月17日(水)	2019年7月18日(木)	2019年7月19日(金)	2019年7月20日(土)	2019年7月21日(日)
朝食		米飯 秋刀魚の甘露煮 ほうれん草の胡麻和え 柴漬け 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム 野菜とマカロニのコンソメ煮 粒マスタード入りポテトサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 あつやきたまご 卵の花 子持ち昆布の佃煮 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 鶏肉とレンコンの煮物 たくあん 味噌汁 牛乳	米飯 焼き鯖 さつまいもの甘露煮 すぐき 味噌汁 牛乳	米飯 ちくわとピーマンのきんぴら 高野豆腐と野菜の煮物 柴漬け 味噌汁 牛乳	梅ひじきの混ぜご飯 豆の煮物 カリフラワーと小松菜のおひたし 味噌汁 牛乳
	B	麦とろご飯	米飯	冷やし中華	米飯	米飯	うなちらし	米飯
昼食	S	天ぷら	赤魚の粕漬け焼き	しゅうまい	かれのい昆布蒸しぎんあん	鶏肉の西京焼き	おくらとわかめの酢の物	鶏肉のタルタルソース
		大根の青じそ和え 大根の青じそ和え きのこけんちん汁	豚肉のマスタード焼き 焼きなす 炒り豆腐 味噌汁	フルーツ (パイアヤ)	とりひき肉と豆腐の重ね蒸し 小松菜の辛し和え がんもと大根の煮付け 味噌汁	鮭のから揚げみぞれあん 夏野菜のコンソメ煮 わかめとにんじんの酢の物 味噌汁	水羊羹 吸い物	たらのカラフルあんがらめ とうがんの煮物 トマトコーンサラダ 味噌汁
夕食	B	さわらの山椒焼き	鶏肉のチーズパン粉焼き	鯖の味噌煮	豚肉のスタミナ焼き	黒むつの煮付け	キャベツと豚肉のおろし蒸し	さわらの味噌漬け焼き
	S	豚肉野菜炒め	ほきの葱マヨネーズ焼き	豚肉とにらの炒め	メルルーサのカレームニエル	牛肉の味噌漬け焼き	かにと豆腐の旨煮	てごねつくね焼き
		いんげんの炒め物 きゃべつとしらすの梅肉和え 吸い物	マカロニサラダ かぶのコンソメ煮 吸い物	じゃがいもの煮ころがし にんじんの白和え 吸い物	なすの田舎煮 きゅうりとかぶの昆布茶和え 味噌汁	ビーフソテー 桜海老と青梗菜の和え物 吸い物	かぼちゃの煮物 青梗菜のお浸し 味噌汁	さといものとも和え ほうれんそうとハムの和え物 味噌汁

# 月間献立表

令和1年7月

長岡福祉協会 福祉プラザさくら川 特別養護老人ホーム 新橋さくらの園

		2019年7月22日(月)	2019年7月23日(火)	2019年7月24日(水)	2019年7月25日(木)	2019年7月26日(金)	2019年7月27日(土)	2019年7月28日(日)
朝食		米飯 高野豆腐の卵とじ 南瓜といんげんのサラダ 子持ち昆布の佃煮 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム 野菜入り卵焼き パスタソテー コーン入りコールスローサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き ほうれん草胡麻和え すぐき 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 冬瓜の桜えび餡 ゆず大根 味噌汁⑥とうふ、わかめ 牛乳	米飯 焼き鯖 カリフラワーと小松菜のおひたし ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	菓子パン ミネストローネ風 フルーツヨーグルト	米飯 あつやきたまご さつまあげの煮物 子持ち昆布の佃煮 味噌汁 牛乳
	B	米飯 鮭のトマト煮	ひれカツ丼 小松菜とにんじんのナムル	米飯 擬製豆腐	米飯 鮭のラビゴットソース	米飯 親子煮	ぶっかけうどん 山芋の生姜醤油	米飯 手作りコロケ
昼食	S	ロールキャベツ ゴーヤチャンプルー コンポート(黄桃) 味噌汁	小松菜とにんじんのナムル 白菜の漬物 吸い物	肉じゃが 青しその実和え コンポート(パイナップル) 吸い物	肉団子の豆乳クリーム煮 切り干し大根煮 温野菜サラダ コンソメスープ	めかじきの野菜あん 田楽 白菜とにんじんの磯和え 吸い物	フルーツ(パパイア) フルーツ(パパイア)	鮭のフライ 大根の甘酢しょうががえ ベーコンソテー 味噌汁
	B	米飯 麻婆春雨	米飯 シルバーの柚あん焼き	米飯 牛肉と白菜炒め	米飯 ほうれん草のキッシュ	米飯 すずきの南部焼き	米飯 豚てき	米飯 かに玉風甘酢あん
夕食	S	カレーのチリソース 小松菜の中華炒め カリフラワーの甘酢 吸い物	肉豆腐 茄子のそぼろ煮 青梗菜のなめたけ和え 味噌汁	たらものムニエル 冬瓜の煮物 もずく酢 味噌汁	カレーの磯辺焼き 野菜のコンソメ煮 コンポート(みかん) 味噌汁	筑前煮 なすの揚げだし きゃべつの梅和え 味噌汁	牛肉と厚揚げの甘辛煮 ほうれん草とにんじんのおひたし じゃがいもの煮ころがし 味噌汁	さわらの変わりみそ焼き かぶのおかか和え 小松菜のいため 吸い物
	B	米飯 鶏肉といんげんの煮物 白菜とはるさめの煮物 柴漬け 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム スクランブルエッグ 温野菜(いんげん) マカロニのトマトソース炒め コーンスープ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ はるさめの五目炒め 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	※献立は予定です。行事食など反映されていない部分もあります。 また、都合により、変更することがあります。ご了承ください。			
B	米飯 魚の変わりみそ焼き	ロールパン 煮込みハンバーグ	あさりごはん かれいのうに焼き					
朝食	S	豚肉と野菜のオイスターソース炒め さつまあげと切干大根煮 コンポート(甘夏) 吸い物	魚のマスタードソース焼き トマトサラダ コーヒーゼリー コーンスープ	千草蒸し 揚げだし豆腐おろし添え ももゼリー 豚汁				
	B	米飯 鶏肉のバーベキュー焼き	米飯 鯖の煮付け	米飯 牛肉と玉ねぎのケチャップ炒め				
夕食	S	黒ムツのムニエル 小松菜ともやしのお浸し 豆腐の豆乳コンソメ煮 味噌汁	青椒肉絲 さつまいものきんぴら きゅうりとセロリのサラダ 吸い物	カレーのチリソース かぼちゃの胡麻和え 拌三絲 味噌汁				

さくらCafeは、季節のフルーツを使ったウィークエンドオレンジ(本当は、レモンで作るのですが、オレンジで作ってみました。)薩摩芋と南瓜のチーズケーキ、マロンババロアです。

どのケーキもおいしいと好評でした。

栄養士も少しみためのいい



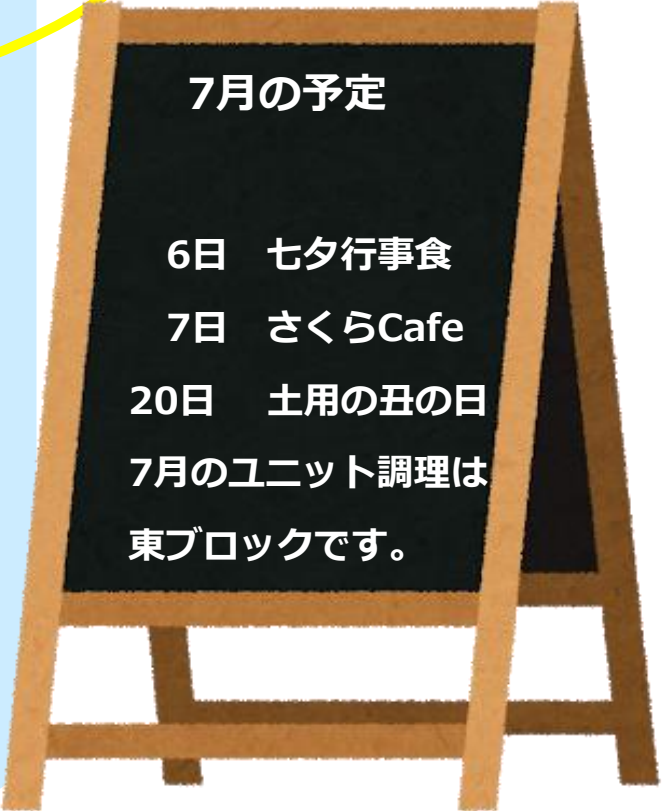
## ユニット調理



6月のユニット調理は西ブロックです。

8西はかつおのづけ丼と豚と冬瓜の角煮。7西は豚の冷しゃぶと揚げ出し豆腐。冷しゃぶをの煮汁をスープにしました。

だんだん献立も夏らしくなっています。



7月の予定

6日 七夕行事食

7日 さくらCafe

20日 土用の丑の日

7月のユニット調理は東ブロックです。

# 月間献立表

令和1年7月

長岡福祉協会 福祉プラザさくら川 特別養護老人ホーム 新橋さくらの園





