

献立表

現場：パンデ（絆）
 献立種類：常食（個別献立）
 期間：2022/6/1～2022/6/30

	日	月	火	水	木	金	土
朝食				パン（イチゴジャム） さつま芋のサラダ フルーツ缶（みかん缶） 牛乳	ご飯150g じゃが芋と鶏そぼろ煮 味噌汁 梅びしお ヨーヨー牛乳	パン（ピーナッツ） マカロニサラダ 缶果物（パイナップル） 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 たいみそ ヨーグルト
昼食				赤飯 鶏のすき焼き風 胡麻とうふ 里芋の明太和え すまし汁（ほうれん草）	ご飯150g 鮭のカレームニエル 付）ほうれん草ハムソテー 大豆と野菜のトマト煮 胡瓜のピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯150g 豚肉の野菜巻き 付）もやしソテー 焼き厚揚げの生姜醤油 インゲンのゆかり和え 味噌汁（しめじ）	麦ご飯 かに玉中華野菜あん 春雨の鶏そぼろ炒め オクラのナムル 中華スープ
夕食				ご飯150g カレーの塩焼き 付）人参きんぴら エビと枝豆のしんじょ 白菜の青じそ和え 赤だし（えのき）	ご飯150g 牛肉のスタミナ丼 炒り豆腐 もずくの酢の物 味噌汁（オクラ）	ご飯150g サバの照り焼き 付）ししとう 南瓜のいとこ煮 菜の花のわさび和え 味噌汁（花麩）	ご飯150g 二色のし鶏 付）キヌサヤ・人参 茄子の詰め煮 ごぼうのサラダ すまし汁（エノキ）
3時				メープルパンケーキ 紅茶	たい焼き（小豆）	カステラ コーヒー	薫るカフェゼリー
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃（ハッパ） 牛乳	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 梅びしお りんごジュース	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 たいみそ 牛乳	パン（りんごジャム） コールスローサラダ フルーツ缶（黄桃） 牛乳	ご飯150g 長芋のオイスターソース炒め 味噌汁 のり佃（ハッパ） ヨーヨー牛乳	パン（マカロン） スパゲッティサラダ フルーツ缶（パイナップル） 牛乳	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g サワラの生姜煮 付）長芋 冷奴～トマトのせ～ 青梗菜の明太和え 味噌汁（蒲鉾）	ご飯150g 鶏肉とさつま芋のハニースタード炒め ひじき煮 胡瓜と桜えびの酢の物 味噌汁（大根）	わかめご飯 ちゃんぽん類 海老しゅうまい フルーツ（マンゴー）	ご飯150g 魚の香味あんかけ 付）インゲン 筑前煮 うまい菜のポン酢おかつ和え 味噌汁（おつゆ麩）	麦ご飯 肉団子のミートソース煮込み 付）アスパラソテー ジャーマンポテト 玉葱のサラダ コンソメスープ	ご飯150g カレーの香草パン粉焼き 付）グリル南瓜 がんもの煮物 菜の花の塩昆布和え 味噌汁（さつま芋）	ご飯150g カレーライス（ビーフ） フレッシュ野菜サラダ リンゴコンポート～ヨーヨー牛乳
夕食	麦ご飯 ミートローフデミグラスソース 付）パスタ 白菜のクリーム煮 ブロッコリーのマスタード和え コンソメスープ	ご飯150g 赤魚の梅味噌焼き 付）たけのこ煮付 かき揚げ キャベツの辛子和え かき玉汁	麦ご飯 牛肉の玉子とじ ポテトサラダ ほうれん草の和え物 味噌汁（なめこ）	ご飯150g 豚肉と茄子の味噌炒め 大根と茄子の煮物 ブロッコリーのしらす和え すまし汁（とろろ昆布）	ご飯150g アジの磯辺焼き 付）里芋 キャベツと豚肉の炒め物 青梗菜のマヨ和え 味噌汁（豆腐）	ご飯150g 鶏肉のネギ塩炒め 付）カリフラワー レンコンの金平 オクラの梅和え 中華スープ	麦ご飯 豆腐ハンバーグおろしポン酢 付）人参バターソテー さつま揚げの玉子とじ もやしのなめたけ和え 味噌汁（茄子）
3時	田舎まんじゅう	パウンドケーキ コーヒー	メロンゼリー	ドーナツ コーヒー	蒸しまんじゅう	レモンケーキ	ベビーシュークリーム 紅茶
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ご飯150g じゃがいものきんぴら 味噌汁 たいみそ 牛乳	ご飯150g 炒り豆腐 味噌汁 のり佃（ハッパ） オレンジジュース	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	パン（イチゴジャム） さつまいもサラダ フルーツ缶（白桃） 牛乳	ご飯150g ひじき煮 味噌汁 たいみそ ヨーヨー牛乳	パン（チョコ） ポテトサラダ フルーツ缶（ミックス） 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 のり佃（ハッパ） ヨーグルト
昼食	ご飯150g 豚肉の生姜炒め 付）キャベツ 大根の洋風煮 インゲンの柚香和え 味噌汁（玉葱）	ご飯150g サワラのレモン蒸し 付）焼きなす れんこん饅頭 青梗菜の生姜醤油和え にゅうめん	麦ご飯 メンチカツ 付）キャベツ 白菜と厚揚げの煮物 オクラの海苔和え 味噌汁（えのき）	郷土料理～大分県～ 五目炊き込みご飯 鶏天 付）アスパラソテー だし巻き卵 だんご汁風 フルーツ缶（ミックス）	ご飯150g 赤魚のマスタード焼き 付）インゲン 南瓜の煮物 ブロッコリーの湯葉和え 味噌汁（なめこ）	ご飯150g グリルハンバーグ 付）アスパラソテー ちくわ煮 春雨サラダ 赤だし（菜の花）	菜飯 ぶっかけ温玉とろろうどん 茄子の田楽 ほうれん草のしらす和え
夕食	ご飯150g 鮭の味噌煮 付）キヌサヤ・人参 里芋鶏そぼろ煮 白菜の浅漬け風 すまし汁（湯葉）	ご飯150g 焼き鳥風 付）ブロッコリー 干草焼きの野菜あんかけ 五目なます 味噌汁（さつま芋）	ご飯150g ほっけうに風味焼き 付）ししとう 鶏ごぼう 菜の花の酢味噌和え すまし汁（手まり麩）	麦ご飯 オムレツ（ラタトゥイユ風ソース） 付）もやしソテー じゃが芋のきんぴら 胡瓜と竹輪の胡麻和え コンソメスープ	麦ご飯 牛肉のさっぱりおろし和え 付）さつま芋 高野豆腐の煮物 キャベツのツナサラダ すまし汁（蒲鉾）	ご飯150g 白身魚の山椒煮 付）たけのこ煮付 豆腐中華煮 うまい菜の辛子和え 味噌汁（里芋）	ご飯150g 鶏肉のマーメイド焼き 付）こふき芋 絹寄せホタテしんじょう いんげんピーナッツ和え 味噌汁（玉葱）
3時	ピーチムース	プリン	ミニカスタードワッフル コーヒー	カカオケーキ 紅茶	黒糖まんじゅう	グレープゼリー	パウムクーヘン コーヒー
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ご飯150g 切り干し大根の煮付け 味噌汁 たいみそ 牛乳	ご飯150g 肉じゃが 味噌汁 のり佃（ハッパ） りんごジュース	ご飯150g 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁 梅びしお 牛乳	パン（マカロン） パンブキンサラダ 缶果物（フルーツ缶） 牛乳	ご飯150g 大根と油揚げの煮物 味噌汁 のり佃（ハッパ） ヨーヨー牛乳	パン（リンゴジャム） たまごサラダ フルーツ缶（みかん缶） 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 たいみそ ヨーグルト
昼食	ご飯150g ビーフストロガノフ レタスとカニカマのサラダ バナナ1本	ご飯150g 豚肉と春雨の炒め物 卵豆腐 胡瓜の浅漬け風 味噌汁（はんぺん）	ご飯150g 天ぷら盛り合わせ 野菜大豆煮 キャベツの柚子味噌和え すまし汁（花麩）	ご飯150g チキンステーキクリームソース 付）人参バターソテー じゃこピーマン コンソメスープ フルーツ杏仁豆腐	ご飯150g 白身魚の揚げおろし煮 ハムポテト（カレー味） ひじきサラダ 味噌汁（しめじ）	ご飯150g サーモンのちらし寿司 れんこんそぼろ インゲンの辛子和え すまし汁（冬瓜）	ご飯150g お好み焼き きんぴらごぼう うまい菜のお浸し 味噌汁（えのき）
夕食	麦ご飯 麻婆はんぺん ピーマン炒め煮 カリフラワーとザーサイの和え物 中華スープ	ご飯150g カレーの洋風野菜あん 付）パスタ ささみとブロッコリーの炒め物 白菜とりんごのサラダ コンソメスープ	麦ご飯 ビビンバ丼 大根のおかつ煮 青梗菜の梅和え 味噌汁（なめこ） かき玉汁	ご飯150g 鮭の西京焼き 付）レンコン はんぺん卵とじ オクラの海苔酢和え すまし汁（湯葉）	麦ご飯 ポークチャップ 付）カリフラワー スパゲッティシュリンプ 菜の花とコーンのお浸し コンソメスープ	ご飯150g ビーマンの肉詰め（照焼たれ） 付）アスパラソテー なめらか大学芋 大根のおかつサラダ 味噌汁（うずまき麩）	ご飯150g エビMIXフライ～かつおソース～ 付）キャベツ 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の白和え すまし汁（とろろ昆布）
3時	マドレーヌ	はちみつケーキ コーヒー	今川焼き	パウンドケーキ 紅茶	いちごゼリー	まんぷく饅頭	たい焼き（カスタード） コーヒー
	26	27	28	29	30		
朝食	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 たいみそ オレンジジュース	筑前煮 味噌汁 のり佃（ハッパ） 牛乳	パン（イチゴジャム） さつま芋のサラダ フルーツ缶（みかん缶） 牛乳	ご飯150g 鶏ごぼう 味噌汁 梅びしお ヨーヨー牛乳		
昼食	麦ご飯 肉豆腐 ロール玉子焼き もやしの柚子胡麻和え 味噌汁（オクラ）	鮭ワカメご飯 冷やし中華 焼き餃子 白菜のナムル	麦ご飯 肉詰めはんぺん湯葉チーズあん 大根と豚肉の味噌煮 菜の花と桜えびの和え物 かき玉汁	ご飯150g サバの味噌煮 付）レンコン 信田巻き ブロッコリーとささみの胡麻ドレ和え すまし汁（とろろ昆布）	麦ご飯 夏越ごはん 7割りと長芋と豚肉オイスターソース炒め ほうれん草の明太和え 味噌汁（もやし）		
夕食	麦ご飯 赤魚の塩麹焼き 付）大根の煮物 とろろ芋 ブロッコリーとワカメのツナ和え 赤だし（はんぺん）	麦ご飯 牛肉のカレー炒め さつま揚げの煮物 青梗菜のマヨ胡麻和え 味噌汁（おつゆ麩）	ご飯150g サワラの生姜焼き 付）キヌサヤ・人参 鶏レバーの甘辛煮 胡瓜のかに酢和え 味噌汁（なめこ）	ご飯150g 塩レモン豚しゃぶ なすの揚げ浸し 菜の花のお浸し 味噌汁（豆腐）	ご飯150g ジャージャー豆腐 カニ卵焼き インゲンのなめたけ和え 中華スープ		
3時	牛乳ケーキ	もみじ饅頭	バナナカステラ 紅茶	パインムース	水無月		