

献立予定(実施)表

現 場：パンデ(絆)
 献立種類：常食(個別献立)
 期 間：2024/6/1~2024/6/30

	日	月	火	水	木	金	土
朝食							ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食							赤飯 ぶり大根 付)人参・キヌサヤ 信田巻き オクラの梅かつお和え 味噌汁(花麩)
夕食							ご飯150g ポークビーンズ 付)ブロッコリー 玉子と小松菜の炒め物 マカロニサラダ コンソメスープ
3時							もみじまんじゅう
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	ご飯150g ひじき煮 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 牛乳	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 切り干し大根の煮付 味噌汁 梅びしお 低脂肪牛乳	パン(イチゴジャム) ヘルシーサラダ フルーツ缶(みかん) 牛乳	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(ピーナッツ) さつまいもサラダ フルーツ缶(カクテル) 低脂肪牛乳	ご飯150g さつまいもの煮物 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) ヨーグルト
昼食	ご飯150g ｲﾝﾃﾝｼﾞﾝ・ｽﾀﾌﾞ ﺍﻧﾄﾞ' ﺍ 付) ﺑﻮﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 白菜のクリーム煮 インゲン胡麻和え 味噌汁	ご飯150g ミンチカツ 付)キャベツ 野菜大豆煮 ポテトサラダ 味噌汁(豆腐)	ゆかりご飯(半量) 焼きうどん 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁(もやし) 果物(オレンジ)	ちらし寿司 五目豆甘煮 菜の花の胡麻和え 赤だし	ビーフカレー 野菜サラダ 漬物(福神漬) フルーツヨーグルト	ご飯150g 豚肉の生姜焼き 付)ブロッコリー がんもの煮付 味噌汁(エノキ) 漬物	ふりかけご飯(半量) 醤油ラーメン 春巻き 果物(バナナ)
夕食	ご飯150g 豆腐刀切揚げお好み焼き風 付)グリル南瓜 人参きんぴら 菜の花のﾄﾞ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 味噌汁(麩)	ご飯150g 松風焼き 付)ピーマンソテー レンコンの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁(なす)	ご飯150g 煮込みハンバーグ 付)ｸﾞ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付)ｸﾞ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 長芋のオイスターソース炒め 白菜の浅漬け風 コンソメスープ 漬物	麦ご飯 揚げ出し豆腐の中華あんかけ 長芋のオイスターソース炒め 白菜の浅漬け風 わかめスープ	ご飯150g 親子煮 竹輪と大根の煮物 オクラのなめたけ和え すまし汁(豆腐)	ご飯150g 焼餃子とシュウマイ ほうれん草のナムル 中華スープ 杏仁豆腐~ﾌﾙｰ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ	ご飯150g さばの味噌煮 付)ごぼう煮 南瓜の煮物 冷奴 すまし汁(花麩)
3時	バナナケーキ 紅茶	ベルギーワッフル コーヒー	いちごシュクレ りんごジュース	たい焼き(小豆)	蒸るカフェゼリー	一口カステラ 紅茶	牛乳ケーキ
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(チョコ) パンプキンサラダ フルーツ缶(白桃) 牛乳	ご飯150g 切り干し大根煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(りんごジャム) ポテトサラダ フルーツ缶(ミックス) 低脂肪牛乳	ご飯150g 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) ヨーグルト
昼食	ご飯150g やわらか煮魚の甘酢あん 付)人参・インゲン 蓮根そぼろ 大根のおかかサラダ 味噌汁(卵)	ご飯150g 白身魚フライ 付)キャベツ 筑前煮 もやしのナムル さつま汁	ご飯150g かいの柚子味噌焼き 付)人参・キヌサヤ だし巻き卵 菜の花のからし和え すまし汁(豆腐)	ご飯150g 鶏マヨ 付)スパソテー じゃがいも洋風煮 インゲンのなめ苺わさび和え 味噌汁(さつま芋)	豚丼 胡瓜の酢の物 味噌汁(南瓜) 果物(オレンジ)	ご飯150g ﾛ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ささみとブロッコリーの炒め物 マカロニサラダ フルーツヨーグルト	ゆかり飯(半量) 鶏天ぶっかけうどん【冷】 ひじき豆甘煮 果物(バナナ)
夕食	ご飯150g 焼き鳥 付)グリル南瓜 じゃがいものきんぴら 胡瓜とかかの酢の物 そうめん汁	ご飯150g 牛すき煮 温泉卵 漬物 味噌汁(うずまき麩)	麦ご飯 豆腐ｽ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ なすの田楽 ほうれん草と蒲鉾のサラダ ワンタンスープ	ご飯150g ビーマンの肉詰め 付)粉ふき芋 ちくわのきんぴら ｷ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 味噌汁(しめじ)	ご飯150g 白身魚のｶ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ひじき煮 味噌汁(はんぺん) 漬物	ご飯150g 鶏肉の磯辺焼き 付)グリル南瓜 レンコンの煮物 三色なます 味噌汁(揚げ)	麦ご飯 豚肉と野菜の青椒ｱ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ えびｼ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 菜の花と桜 ﺗ ﺗ ﺗ 中華スープ
3時	ﾄ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 紅茶	田舎まんじゅう	メープルパンケーキ	黒糖ケーキ コーヒー	りんごゼリー	チョコパウム 紅茶	今川焼き
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 豚肉と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(ﾏ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ) さつまいもサラダ フルーツ缶(白桃) 牛乳	ご飯150g 切り干し大根煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン(イチゴジャム) マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃) 低脂肪牛乳	ご飯150g ひじき煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g ミートローフ 付)ブロッコリー ジャーマンポテト インゲンのマスタード和え 味噌汁(エノキ)	あなごちらし寿司 綺寄せホタテしんじょう ほうれん草の白和え 赤だし(うずまき麩)	ご飯150g ☆油淋鶏 ☆付)キャベツ ☆たまごﾀ ﺗ ﺗ ﺗ 味噌汁(麩) サイダーゼリー	ハヤシライス ｺ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ フルーチェ	ピラフ カレーコロッケ 付)ブロッコリー コンソメスープ フルーツ缶(ｶ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ)	ご飯150g 白身魚のﾓ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 信田巻き カリフラワーサラダ 豚汁	ご飯150g かに玉(天津飯) 焼き餃子 春雨サラダ 中華スープ
夕食	ご飯150g アジの竜田揚げ 付)大根おろし 春雨の鶏そぼろ炒め 白菜の塩昆布和え すまし汁(花麩)	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付) ﺗ ﺗ ﺗ ミニグラタン さつまいもサラダ コンソメスープ	ご飯150g 肉じゃが インゲンのサラダ そうめん汁 漬物(しば漬け)	ご飯150g 豆腐の野菜あんかけ ﾀ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 菜の花の胡麻和え 味噌汁(揚げ)	ご飯150g 厚揚げの肉味噌炒め しんじょの煮物 漬物 味噌汁(卵)	ご飯150g 鶏肉の塩だれ炒め 筍のおかか煮 三色なます 味噌汁(えのき)	ご飯150g カレイの照り焼き 付)大根おろし じゃがいも鶏そぼろ煮 オクラの胡麻和え 味噌汁(花麩)
3時	カステラ 紅茶	ぶどうゼリー	あんドーナツ 紅茶	バームロール コーヒー	おはぎ	たい焼き(カスタード) りんごジュース	人形焼き 紅茶
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン(チョコ) スパゲッティーサラダ フルーツ缶(カクテル) 牛乳	ご飯150g さつまいもの煮物 味噌汁 のり佃(ﾊﾞｯｸ) コーヒー牛乳	パン(ﾏ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ) 卵サラダ フルーツ缶(ﾊ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ) 低脂肪牛乳	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g 牛肉と厚揚げの焼肉炒め もやしのナムル 卵スープ 果物(バナナ)	ミートソーススパゲッティー フレンチサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト	ご飯150g サバの塩焼き 付)大根おろし 鶏ごぼう わかめの酢の物 具沢山汁	郷土料理~新潟県~ たれかつ井 のっぺ風煮 すまし汁(花麩) フルーツ缶(梨)	ご飯150g ｷ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 茄子と揚げの煮物 冷奴 味噌汁(わかめ)	ハンバーグカレー たまごサラダ 漬物(福神漬) ヨーグルト	夏越ごはん 里芋のおかか煮 赤だし(うずまき麩) 果物(オレンジ)
夕食	ご飯150g お好み焼き 蒸しなす 味噌汁(ほうれん草) 漬物(黄金漬)	麦ご飯 鶏のｶ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ さつま揚げの煮物 ﾌ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 味噌汁(豆腐)	ご飯150g 牛肉の柳川風煮 菜の花の胡麻和え 味噌汁(もやし) 漬物	ご飯150g 赤魚の煮付け 付)ごぼう煮 南瓜の鶏そぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁(エノキ)	ご飯150g 具たっぶりオムレツ 付)カリフラワー ジャーマンポテト コンソメスープ フルーツ缶(ﾊ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ)	ご飯150g 白身魚のﾊ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 鶏レバーの甘辛煮 オクラのマヨネーズ和え 味噌汁(しめじ)	麦ご飯 肉団子の甘酢あん ほうれん草ﾊ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ワンタンスープ 漬物(高菜漬)
3時	バナナカステラ 紅茶	水ようかん	いちごロールケーキ コーヒー	レモンケーキ 紅茶	カステラドーナツ	ミルクまんじゅう 紅茶	ブラウニー 紅茶
	30						
朝食	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳						
昼食	ご飯150g 魚の唐揚げチリソース 付)ブロッコリー 炒り豆腐 ｽ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 付) ﺑ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ ﺗ 味噌汁(さつま芋)						
夕食	ご飯150g 豚肉と茄子の甘辛煮 がんもの煮付 菜の花の柚子味噌和え すまし汁(手揉み)						
3時	黒糖まんじゅう						