



令和 8年 7月 献立表



いずみ介護サービスおかわ

日	月	火	水	木	金	土
			冷しゃぶサラダ なすの煮浸し 山芋の梅肉和え 味噌汁 1	鰯の西京焼き 白滝と人参の炒め 野菜のみそ炒め 昆布の佃煮 味噌汁 2	焼肉炒め 卵の花 竹輪と糸こんにゃくの煮物 フルーツ 味噌汁 3	赤魚のみぞれ煮 ほうれん草 キャベツのピリ辛和え 豆腐と豚肉のたまごあん 枝豆と人参のあっさり煮 味噌汁 4
5 休	コロケ 卵の花 ほうれん草のソテー フルーツ 味噌汁 6	海老かつ マカロニの青じそソテー 切干しと法蓮草のマヨ和え 鶏肉のエスニック炒め 白菜とひじきの煮物 味噌汁 7	肉豆腐 キャベツソテー サツマイモの甘煮 フルーツ 味噌汁 8	鶏肉のレモン風味焼き コーンバター オクラの梅おかか和え 野菜炒め 菜の花のみそ和え 味噌汁 9	ピーマンと牛肉のみそ炒め 春雨サラダ 卵豆腐 中華スープ 10	ポークジンジャー 春雨炒め 大根とウインナーの洋風煮 きのこの佃煮 味噌汁 11
12 休	ぶっかけそうめん 根菜煮 いなり寿司 金時豆 13	カレーのムニエル 牛蒡の煮物 マカロニサラダ フルーツ 味噌汁 14	ハムカツ ニンジン煮 大根と椎茸の煮物 キャベツの中華炒め 白菜の土佐酢和え 味噌汁 15	鶏の塩だれ炒め キャベツとピーマンのソテー 酢の物 フルーツ 味噌汁 16	アジの塩焼き オクラのお浸し 茄子の中華風南蛮漬け 野菜とハムの卵炒め 白菜とひじきの煮物 味噌汁 17	夏野菜のカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬け・らっきょう 18
19 休	オニオンソースハンバーグ 枝豆と人参のあっさり煮 ポテトサラダ ふと野菜の煮物 きのこのさっぱりオイル漬 味噌汁 20	親子丼 小松菜と厚揚げの煮物 酢の物 味噌汁 21	長崎ちゃんぽん炒め 白菜と揚げのうま煮 大根とウインナーの洋風煮 木耳の佃煮 味噌汁 22	ちらし寿司 茄子の揚げ浸し インゲンの胡麻和え すまし汁 23	豚の生姜焼き 春雨サラダ シューマイ インゲンの炒め物 味噌汁 24	鶏ももの竜田揚げ ミックスソテー カリフラワーの甘酢漬 キャベツ麻婆あんかけ 菜の花の胡麻みそ和え 味噌汁 25
26 休	アジのチーズパン粉焼き ひじき煮 シルバーサラダ フルーツ 味噌汁 27	鶏団子のトマト煮 わかめとパインの酢のもの 豚肉と白菜のうま煮 大根菜と玉ねぎのツナ炒め 味噌汁 28	豚肉のスタミナ炒め 高野豆腐の卵とじ 法蓮草の梅肉和え ツナマヨ 味噌汁 29	キャベツと豚肉の塩あんかけ 青のいりポテトサラダ 春雨と鶏肉の煮物 一夜漬 味噌汁 30	肉じゃが スパサラダ 千切り大根に煮物 フルーツ 味噌汁 31	

*施設行事や材料等の都合により、献立が一部変更になることがありますので、ご了承ください。