

## 2020年 7月の予定献立表 (初期食)

日	曜	昼食
1	水	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 人参ペースト 胡瓜ペースト
2	木	おかゆペースト 野菜スープ チンゲン菜ペースト 玉ねぎペースト じゃがいもペースト
3	金	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト トマトペースト 胡瓜ペースト
4	土	おかゆペースト 野菜スープ 小松菜ペースト キャベツペースト 人参ペースト
5	日	
6	月	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 玉ねぎペースト 小松菜ペースト
7	火	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 大根ペースト キャベツペースト
8	水	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト
9	木	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト ほうれん草ペースト 白菜ペースト
10	金	おかゆペースト 野菜スープ 人参ペースト 胡瓜ペースト トマトペースト
11	土	おかゆペースト 野菜スープ さつまいもペースト 玉ねぎペースト 白菜ペースト
12	日	
13	月	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト
14	火	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 小松菜ペースト 白菜ペースト
15	水	おかゆペースト 野菜スープ トマトペースト 胡瓜ペースト キャベツペースト
16	木	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト じゃがいもペースト 人参ペースト
17	金	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト 胡瓜ペースト チンゲン菜ペースト
18	土	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト キャベツペースト 胡瓜ペースト
19	日	
20	月	おかゆペースト 野菜スープ かぼちゃペースト キャベツペースト ほうれん草ペースト
21	火	おかゆペースト 野菜スープ 大根ペースト 小松菜ペースト 人参ペースト
22	水	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト 玉ねぎペースト ブロッコリーペースト
23	木	海の日
24	金	体育の日
25	土	おかゆペースト 野菜スープ キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト
26	日	
27	月	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト キャベツペースト
28	火	おかゆペースト 野菜スープ 白菜ペースト 胡瓜ペースト 人参ペースト
29	水	おかゆペースト 野菜スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト
30	木	おかゆペースト 野菜スープ じゃがいもペースト ブロッコリーペースト 胡瓜ペースト
31	金	おかゆペースト 野菜スープ さつまいもペースト 小松菜ペースト にんじんペースト

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

## 2020年 7月の予定献立表 (中期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	水	おかゆ 白菜のすまし汁 ひき肉と野菜のうま煮	おかゆ 玉ねぎスープ しらすとかぼちゃの煮物
2	木	おかゆ チンゲン菜スープ ひき肉と野菜のトマト煮 オレンジ	おかゆ 白菜のすまし汁 豆腐とチンゲン菜の和風煮
3	金	おかゆ 大根と人参のすまし汁 白身魚と野菜の煮物	おかゆ 玉ねぎスープ ひき肉とトマトの煮物
4	土	おかゆ すまし汁 キャベツとひき肉の煮物	おかゆ キャベツのスープ しらすと玉ねぎのうま煮
5	日		
6	月	おかゆ 豆腐のすまし汁 ひき肉と玉ねぎの煮物	おかゆ 豆乳スープ 豆腐と白菜のだし煮
7	火	混ぜ粥 大根のすまし汁 ひき肉とキャベツの煮物	おかゆ キャベツのスープ 白身魚と小松菜の煮物
8	水	おかゆ かぼちゃのスープ 白身魚とキャベツのうま煮	おかゆ 大根のすまし汁 ひき肉とかぼちゃの煮物
9	木	おかゆ すまし汁 ひき肉とほうれん草の煮物	パン粥 白菜スープ しらすとキャベツのうま煮
10	金	混ぜ粥 かぼちゃのスープ ひき肉となすの煮物	おかゆ ほうれん草のすまし汁 豆腐とかぼちゃの煮物
11	土	五目うどん さつまいもと玉ねぎの煮物 バナナ	おかゆ 玉ねぎスープ しらすと白菜の煮物
12	日		
13	月	おかゆ キャベツのスープ ひき肉とじゃがいもの煮物	おかゆ ほうれん草のすまし汁 白身魚と玉ねぎの煮物
14	火	おかゆ 玉ねぎのすまし汁 ひき肉とキャベツのうま煮	おかゆ 白菜のすまし汁 豆腐の野菜煮
15	水	煮込みうどん キャベツの煮物 バナナ	おかゆ 玉ねぎのすまし汁 しらすの野菜煮
16	木	おかゆ トマトスープ ひき肉と大豆の煮物	おかゆ 小松菜のすまし汁 豆腐と白菜の煮物
17	金	パン粥 野菜スープ ひき肉と玉ねぎのうま煮	おかゆ かぼちゃのすまし汁 白身魚とチンゲン菜の煮物
18	土	混ぜ粥 白菜のスープ ひき肉とキャベツの煮物	おかゆ キャベツのすまし汁 しらすと玉ねぎのうま煮
19	日		
20	月	おかゆ かぼちゃのスープ ひき肉とほうれん草の煮物	おかゆ キャベツのすまし汁 豆腐とかぼちゃの煮物
21	火	おかゆ すまし汁 白身魚と野菜の煮物	おかゆ 玉ねぎスープ ひき肉と小松菜の煮物
22	水	パン粥 玉ねぎスープ ひき肉のトマト煮 りんご	おかゆ すまし汁 しらすとブロッコリーの煮物
23	木	海の日	
24	金	スポーツの日	
25	土	混ぜ粥 チンゲン菜のスープ りんご	おかゆ キャベツのすまし汁 しらすとチンゲン菜のうま煮
26	日		
27	月	おかゆ すまし汁 ひき肉と野菜のやわらか煮	おかゆ チンゲン菜のスープ 白身魚とキャベツの煮物
28	火	おかゆ 白菜のすまし汁 鶏肉と胡瓜の煮物	おかゆ 玉ねぎのすまし汁 白身魚と白菜のうま煮 バナナ
29	水	おかゆ 小松菜のすまし汁 白身魚と玉ねぎの煮物	おかゆ キャベツのスープ ひき肉とほうれん草のうま煮
30	木	おかゆ チンゲン菜のスープ ひき肉のトマト煮	パン粥 玉ねぎのすまし汁 しらすと野菜の煮物
31	金	混ぜ粥 豆腐のすまし汁 鮭と小松菜の煮物	おかゆ 玉ねぎスープ 豆腐とさつまいもの煮物

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※いろいろな味や舌触りを楽しめるように食材の種類を少しずつ増やしていきましょう。

## 2020年 7月の予定献立表 (後期食)

日	曜	昼食	おやつ
1	水	軟飯 すまし汁 鶏の照り焼き もやしの和え物	軟飯 もやしのスープ しらすとかぼちゃの煮物
2	木	軟飯 チンゲン菜スープ ひき肉と野菜のトマト煮 オレンジ	軟飯 白菜のすまし汁 豆腐とチンゲン菜の和風煮
3	金	軟飯 味噌汁 たらの野菜あんかけ アスパラとトマトの和え物	軟飯 玉ねぎスープ ひき肉とトマトの洋風煮
4	土	軟飯 すまし汁 キャベツとひき肉の味噌煮	軟飯 キャベツのスープ しらすの野菜煮
5	日		
6	月	軟飯 味噌汁 ひき肉と玉ねぎの煮物 小松菜の和え物	軟飯 豆乳スープ 豆腐と白菜のだし煮
7	火	混ぜ軟飯 わかめ汁 キャベツのサラダ	軟飯 オクラのスープ 白身魚と小松菜の煮物
8	水	軟飯 かぼちゃのスープ 鮭の塩焼き コーンサラダ	軟飯 大根のすまし汁 ひき肉とかぼちゃの煮物
9	木	軟飯 すまし汁 鶏の照り焼き 白菜の和え物	食パン 白菜スープ しらすとキャベツのうま煮
10	金	おじや かぼちゃのスープ トマトとレタスのサラダ すいか	軟飯 ほうれん草のすまし汁 豆腐とかぼちゃの煮物
11	土	五目うどん さつまいもとひじきの煮物 バナナ	軟飯 玉ねぎスープ しらすと白菜の煮物
12	日		
13	月	軟飯 キャベツのスープ じゃがいものおやき ブロッコリーの和え物	軟飯 ほうれん草のすまし汁 白身魚と玉ねぎの和風煮
14	火	軟飯 なめこの味噌汁 ひき肉とキャベツのうま煮 白菜と小松菜のお浸し	軟飯 白菜のすまし汁 豆腐の野菜煮
15	水	煮込みうどん キャベツのツナ和え バナナ	軟飯 玉ねぎスープ ツナの野菜煮
16	木	軟飯 トマトスープ ハンバーグ 大豆と胡瓜のサラダ	軟飯 小松菜のすまし汁 豆腐と白菜の煮物
17	金	食パン 野菜スープ ひき肉と玉ねぎのうま煮 かぼちゃのサラダ	軟飯 かぼちゃのすまし汁 白身魚とチンゲン菜の煮物
18	土	おじや 白菜のスープ コールスローサラダ	軟飯 キャベツのすまし汁 しらすと玉ねぎのうま煮
19	日		
20	月	軟飯 味噌汁 ひき肉の治部煮風 もやしの和え物	軟飯 キャベツのすまし汁 豆腐とかぼちゃの煮物
21	火	軟飯 すまし汁 白身魚のムニエル 春雨の和え物	軟飯 玉ねぎスープ ひき肉と小松菜の煮物
22	水	食パン 玉ねぎスープ ひき肉とじゃがいものトマト煮 ブロッコリーサラダ りんご	軟飯 すまし汁 しらすとブロッコリーの煮物
23	木	海の日	
24	金	スポーツの日	
25	土	ナポリタンスパゲッティー コンソメスープ りんご	軟飯 キャベツのすまし汁 しらすとチンゲン菜のうま煮
26	日		
27	月	軟飯 すまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き オクラの和え物	軟飯 チンゲン菜のスープ 白身魚とキャベツの煮物
28	火	軟飯 鶏がらスープ マーボー豆腐 胡瓜の和え物	軟飯 玉ねぎのすまし汁 白身魚と白菜のうま煮 バナナ
29	水	軟飯 小松菜のすまし汁 白身魚の照り焼き 干草和え	軟飯 キャベツのスープ ひき肉とほうれん草のうま煮
30	木	軟飯 セロリのスープ ひき肉のトマト煮 マカロニサラダ	食パン 玉ねぎのすまし汁 しらすと野菜の煮物
31	金	混ぜ軟飯 味噌汁 鮭のムニエル 小松菜の和え物	軟飯 玉ねぎスープ 豆腐とさつまいもの煮物

※献立は変更することがありますので、ご了承ください。

※素材本来の味を大切にし、薄味を心がけています。