

2022年度 7月 献立表（おかゆ食）



曜	日	献立名		材料名				
		昼食	午後おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	
金	1	おかゆ さつまいものスープ ツナと野菜のうま煮 果物（りんご・バナナ）	お昼ラスク	ツナ缶（水煮）, きな粉 （大豆）	米, さつまいも, かたくり 粉, 麩, バター, 砂糖	チンゲン菜, にんじん, きゅうり, だいこん, 果物 （りんご・バナナ）	水, だし汁	
月	4	おかゆ みそ汁（豆腐） キャベツの煮びたし 果物（バナナ）	スープパスタ	絹ごし豆腐, 鶏ささ身, か つお節, あおのり	米, かたくり粉, スパゲッ ティ	キャベツ, こまつな, バナ ナ, 玉葱	水, だし汁, みそ	
火	5	19	おかゆ 和風スープ（麩） なすのうま煮	にんじんのコンポート	鶏ささ身	米, 麩, じゃがいも, かたくり 粉	とうがん, なす, にんじん, りんご 濃縮還元ジュ ース	水, だし汁
水	6	20	おかゆ みそ汁（もやし） ツナの二色野菜煮	フルーツゼリー（りんご）	わかめ, ツナ缶（水煮）, 粉寒天	米, かたくり粉	もやし, こまつな, にんじ ん, りんご 濃縮還元ジュ ース	水, だし汁, みそ
木	7	21	しらす粥 和風スープ（オクラ） チキンのキャベツ煮	果物（すいか）	しらす干し, 鶏ささ身	米, 麩, かたくり粉	オクラ, キャベツ, 玉葱, に んじん, すいか	水, だし汁
金	8	22	スープパグッティ かぼちゃの含め煮	きな粉おはぎ	鶏ささ身, きな粉（大豆）	スパグッティ, かたくり 粉, 米, 砂糖	玉葱, にんじん, かぼちゃ, こまつな	だし汁
月	11	25	おかゆ みそ汁（チンゲン菜） チキンの彩り煮	蒸しまんじゅう	鶏ささ身	米, じゃがいも, かたくり 粉, 薄力粉, 砂糖	チンゲンサイ, 玉葱, にん じん, きゅうり, いちご ジャム（低糖度）	水, だし汁, みそ, ベーキン グパウダー, 水
火	12	26	おかゆ 和風スープ（麩と人参） チキンの夏野菜煮	フルーツミックス	鶏ささ身	米, 麩, かたくり粉	にんじん, かぼちゃ, キャ ベツ, きゅうり, すいか, バ ナナ	水, だし汁
水	13	27	おかゆ 和風スープ（豆腐とわかめ） しらす野菜煮	じゃがいもお焼き	絹ごし豆腐, わかめ, しら す干し, あおのり	米, かたくり粉, じゃがい も, 油	ほうれんそう, にんじん	水, だし汁
木	14	28	洋風煮込みうどん かぼちゃのだし煮 果物（バナナ）	ひじき粥	鶏ささ身, ひじき（乾）, し らす干し	うどん（ゆで）, かたくり 粉, 米	こまつな, にんじん, トマ ト, かぼちゃ, バナナ	だし汁, 水
金	15	29	おかゆ みそ汁（じゃがいも） 豆腐の五目煮	チーズスティックパン	絹ごし豆腐, 鶏ささ身, ひ じき（乾）, パルメザン チーズ	米, じゃがいも, かたくり 粉, 食パン, バター	玉葱, にんじん, もやし	水, だし汁, みそ

※味付けに、塩・砂糖・醤油・味噌 の調味料を使用します。

※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

