

生活介護事業所ぶらたなす 献立表

令和8年7月

日付	献立名	エネルギー
1 水	ちゅうかどん かぼちやのてんぷら スープ くだもの	573
2 木	とりのしょうがやき キャベツ ブロッコリーとエビのサラダ みそしる	565
3 金	サケのコーンマヨやき えだまめ カラフルサラダ スープ くだもの	542
6 月	まつかぜやき ほうれんそう ねばねばサラダ みそしる くだもの	552
7 火	たなばたそうめん エビフライ ほしがたポテト とうもろこし すいか	527
8 水	ぎゅうにくのトマトに ポテトサラダ スープ くだもの	573
9 木	めひかりのからあげ キャベツ やさいのいためもの すましじる	495
10 金	ハニースパイシーチキン インゲンとニンジン ごぼうときゅうりのサラダ スープ くだもの	579
13 月	カレーライス きゅうりとだいこんのピクルス スープ くだもの	585
14 火	しゅうまい ブロッコリー きりぼしだいこんのサラダ スープ くだもの	585
15 水	さばのみそに だいこん すのもの すましじる くだもの	468

日付	献立名	エネルギー
16 木	とうふのごもくやき キャベツ きんぴらごぼう みそしる	570
17 金	ピーマンのほそぎりいため バンバンジー スープ くだもの	572
21 火	ミートローフ ブロッコリー リンゴとセロリのサラダ スープ くだもの	676
22 水	とりのからあげ ブロッコリー みそドレサラダ スープ くだもの	559
23 木	やきししゃも キャベツとトマト ささみのあえもの ぶたじる	507
24 金	ダンドリーチキン ブロッコリー だいこんサラダ スープ くだもの	553
27 月	ハヤシライス やさいサラダ スープ くだもの	620
28 火	とりにくのマーマレードやき えだまめ げんきサラダ スープ くだもの	600
29 水	サケのしおやき キャベツ ひじきのにももの みそしる くだもの	355
30 木	ぶたにくのみそづけやき キャベツ しおこんぶあえ ごもくじる	553
31 金	とりのバーベキューソース えだまめ かみかみサラダ スープ くだもの	612

※月曜日と木曜日は白ごはん、水曜日は麦ごはん(白米と混合)です。 ※火曜日と金曜日はパンです。