




















2週間の献立写真

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
朝食							
昼食							
夕食							
間食							

2 週間の献立一覧

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
朝食	レーズンロール せん切り野菜 スープ 果物(キウイフ ルーツ)	おにぎり 五目豆 (レトルト可) えんどうと麩の 卵とじ 野菜漬け	食パン (いちごジャ ラタトゥイユ 牛乳 果物(りんご)	お茶漬け かぼちゃの煮物 ゆで卵 なすのからし漬 け	ホットドッグ コーンポター ジュ 果物(夏みか ん)	おかゆ 納豆(個包装の パック) キャベツとにん じんのごま和え やまごぼうの味 噌漬け	コッペパンサン ド ヨーグルト 野菜ジュース
昼食	鮭ごはん 玉ねぎとわかめ の卵とじ味噌汁 さつま芋のミルク 煮 きゅうりと青じ その酢の物	きつねうどん 里芋田楽 ヨーグルト 果物(みかん)	五目鶏飯 ポテトサラダ かきたま汁	スパゲティ ミートソース ゆでキャベツの サラダ 果物(バナナ)	中華丼 春雨の酢の物 わかめと貝割菜 のスープ	安倍川餅 おでん 果物(柿)	いわしのかば焼き風 丼(缶詰使用可) けんちん汁 かぼちゃの含め 煮
夕食	ご飯 麩と三つ葉の すまし汁 鱈の塩焼き (レトルト可) 五目野菜炒め	ご飯 かぶの味噌汁 豚肉のしょうが焼き キャベツ炒め添え 切干し大根の煮付け (缶詰orレトルト可)	豆腐と茄子の麻 婆風丼 中華風スープ ミニトマト	ご飯 さばの味噌煮 (レトルト可) なすとししとう の たくあん漬け	ご飯 じゃが芋のみそ 汁 ぶりのなべ照り 焼き ほうれん草のお 浸し	ツナ缶と人参の 炊き込みご飯 きのこのすまし 汁 ひじきの炒め煮	ご飯 しじみの味噌汁 冷凍いかの揚げ焼 き(冷凍イカフライ使用可) 筑前煮
間食	ホットアップル パイ 牛乳	/	みたらし団子 お茶	/	/	どら焼き 牛乳	/










主食(飯)

主食(パン)

主食(麺)

主食(その他)

2週間の献立写真

	8日目	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目
朝食							
昼食							
夕食							
間食							

2 週間の献立一覧

	8日目	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目
朝食	ご飯 大根と麩の味噌汁 じゃが芋と鮭缶の炒め煮 きゅうりの糠漬け	食パン(ママレード) 具入りオムレツ 豆乳飲料(コーヒー味)	おにぎり 豚汁 白菜の塩漬け	フルーツサンド ミックスベジタブル入りスクランブルエッグ 果物(グレープフルーツ) 牛乳	ご飯 なすと油揚げの味噌汁 ピーマンとさつま揚げのしょうが煮 梅干し	パン(ライ麦パン、クロワッサン) チーズ ゆで野菜のサラダ カフェオレ	雑煮 なます
昼食	五目うどん 煮豆(レトルト可) 果物(ゴールドンキウイ)	ご飯 なめことオクラの味噌汁 ししゃものフライパン焼き 大根と厚揚げの煮物	焼きそば ポテトのポタージュ ドライフルーツ	ご飯(おかずをのせて丼にしても良い) 生揚げと豚肉のみそ炒め 小松菜、人参、竹輪のからしあかぶの糠漬け	ラーメン 焼きりんご ヨーグルト	お好み焼き ふろふき大根 果物(オレンジ)	カレーうどん さつま芋とりんごのレモン煮 牛乳
夕食	カレーライス ミニトマト 飲むヨーグルト	ご飯 豆腐と三つ葉のすまし汁 さわらのホイル焼き 野菜の煮物	ご飯 かきたま汁 煮魚(かれい) ほうれん草と春菊のごま和え	ご飯 クリームシチュー カニときゅうりの酢の物 オレンジゼリー	親子丼 ほうれん草ののりあえ 二色豆(豆の甘煮・レトルト) 果物(ぶどう)	ご飯 とろろ昆布汁 肉と豆腐のすき焼き風 白菜のゆず浸し	ご飯 五目味噌汁 あじの干物フライパン焼き キャベツの香りあえ
間食			わらびもち お茶			ドーナツ 牛乳	白玉ぜんざい お茶

主食(飯)

主食(パン)

主食(麺)

主食(その他)