グランデージ北湘南『安心ハウス』 平成 27年 6月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日	5日	6日
朝		ご飯・みそ汁（豆腐　油揚げ・玉葱）・牛乳・ハムエック（ハム・生野菜　くだもの）・切り干し大根中華炒め（切り干し大根・いか・ごま油・人参・いんげん・コンニャク）・香の物	ご飯・みそ汁（大根・シメジ・長葱）・牛乳・野菜のソテー（豚小バラ肉・・キャベツ・本しめじ　人参　もやし・玉葱・キャベツ）・絹豆腐くず煮（絹豆腐・味付き椎茸　オホーツク・みつば）・香の物（キャベツ）	ご飯・みそ汁（絹豆腐　長ネギ　なめこ）・牛乳・焼き魚（魚　大根おろし　トマト）・ひじきの炒め煮（ひじき・油揚げ・味付き椎茸）・香の物（浅漬け）・白菜のお浸し（胡瓜からし漬け）	ご飯・みそ汁（ワカメ・芋・みつば）・牛乳・煮物（椎茸・がんも・大根・人参・ロールキャベツ・いんげん）・納豆オクラ入り（長ネギ・オクラ）・大根おろし（なめたけ）・煮豆	ご飯・みそ汁（しめじ　豆腐　長葱）・牛乳・伊東のてんぷら（角天　大根おろし　トマト）・和え物（鶏ささみ・いんげん・人参）・香の物	ご飯・みそ汁（本しめじ　天ぷら　長葱）・牛乳・野菜入りオムレツ（卵・ひじきの煮物・生野菜　トマト）・黒コンニャク炒め物（黒コンニャク・いんげん・ごぼう・人参・とりごぼう）・香の物（べったら漬け）
昼		焼き立てパン（フレンチトースト・デニッシュスクエア・十勝あんパン）・ミネストローネ（にんにく・芋・キャベツ・人参・トマト水煮缶・ベーコン・ローリエ）・デザート（杏仁豆腐の梅ソースかけ）・コヒー	鮭雑炊（鮭・ごぼう・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁）・小さい盛合わせ（エビチリ・オレンジ・玉葱サラダ）・香の物（みそ漬け）	塩うどん（豚バラ肉・舞茸・長葱・椎茸　ほうれん草）・ミニ寿し（玉子・味付いたけ・胡瓜・酢飯・いんげん）・豆腐のあんかけ（豆腐・片栗粉）・香の物（キャベツ漬け）	スープ（大根　ごぼう　長葱）・北湘南オムレツ（鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツソース・生クリーム）・サラダ（海藻・胡瓜・白菜）・福神漬け	鍋焼きみうどん（うどん　だし汁　味付きキツネ　油揚げ　大根　ほうれん草　なると　長葱）・イタリアン和え（きゃべつ・人参・クコノミ・イカ松前・イタリアンドレッシング）・デザート（フルーツ・白玉・ヨーグルト）	スープ（トマト水煮・なす・ロールキャベツ）・焼立てパン（カフェモカ・ニューバニラ・豚肉包・ポモドーロ）・サラダ（クリームチーズ・トマトケチャップ・レタス）・コーヒー
夕		ご飯・みそ汁（わかめ・えのき・油揚げ）・煮魚（昆布・生姜・大根・コンニャク）・ラーメンサラダ（生ラーメン・もやし　ロースハム　ゆで卵　胡瓜）・香の物（甘酢漬け）	ご飯・みそ汁（ミツバ　キャベツ）・とう板焼き（甘えび　サイコロステーキ・玉葱　エリンギ　南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし）・ナムル（小松菜・ほうれん草・えのき・胡瓜・いか人参）・香の物（なす漬け）・ヨーグルト和え（黄桃・みかん）	ご飯・みそ汁（きゃべつ・にら・えのき）・天ぷら盛合わせ（尾付き海老・茄子・南瓜・生麩・大根おろし・よもぎ・天つゆ）・白和え（豆腐・黒コンニャク・ほうれん草）・香の物（みそ漬け）	ご飯・みそ汁（エリンゲ　南瓜）・豚ロース塩麹漬け（豚ロース・塩麹・フライドポテト・生野菜・オレンジ）・ビーフンの炒め煮（長葱・人参・長葱・ひき肉・豆腐・玉子）・香の物（キャベツ）	ご飯・みそ汁（南瓜　にら　生のり）・焼き魚（大根おろし・Gフルーツ）・炒り豆腐（豆腐・ごぼう・万能ねぎ・ひじき・ひき肉）・新玉葱と・しなちくの炒め物（しなちく・新玉葱）・香の物（ベッタラ漬け）	ご飯・みそ汁（じゃが芋　はんぺん　大根葉）・豚丼（豚ロース・竹の子　白滝・玉葱・紅しょうが）・ほっきサラダ（ほっきサラダ・胡瓜・玉葱）・わかめとイカの酢の物（ワカメ・イカ・酢みそ）
	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・焼き魚（一塩鯖　大根おろし　パイン）・青菜とちくわの炒め物（ほうれん草・人参　焼きちくわ）・香の物	ご飯・みそ汁（そうめん　がんも　薬味）・牛乳・炊き合わせ（ごぼう　人参　竹も子　とり肉　ほうれん草　椎茸）・だし巻き卵とお浸し（卵　白菜ロール　きざみ海苔　トマト）・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁（絹豆腐　青ねぎ　カットワカメ）・牛乳・山菜の炒め煮（山菜水　天ぷら　黒コンニャク　人参）・納豆（花かつお　長ネギ）・香の物（たくあん）・いか松前	ご飯・みそ汁（わかめ　椎茸　長ネギ）・牛乳・焼き魚（鮭ハラス・大根おろし・りんご）・春雨とピーマンの炒め煮（緑豆春雨・ピーマン・人参・ひき肉）・香の物（うり漬け）	ご飯・味噌汁（しめじ　ほうれん草揚げ）・牛乳・煮物（ミニ春雨巾着　里芋　人参　いんげん　本シメジ　天ぷら）・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの	ご飯・味噌汁（豆腐　わかめ）・牛乳・盛合わせ（ミートボール　トマトケチャップ　生野菜　アスパラ缶）・めかぶとろろ（長芋　めかぶ）・香の物	ご飯・味噌汁（豆腐　カットワカメ　長葱）・焼き魚（さわら西京　大根おろし　くだもの）・ふきの味噌炒め煮（ふき・にんじん・コンニャク）・香の物（胡瓜の漬）。塩辛
昼	わんこそば（干しそば・生麩・長葱・みようが）・カレードリアン（ご飯・カレーライス・チーズ・粉パセリ）・サラダ風酢の物（新玉葱・イカ・胡瓜・赤ピーマン）・栗きんとん（茶巾）・香の物（一夜漬け）	サンドウイッチ（ゆで卵　ポテト　胡瓜　玉葱　ハム　チーズカット　菓子パン）・ホタテのシチュー（ホタテ・芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・お粥・コンソメ）・ヨーグルト和え（バナナ・ヨーグルト）・コーヒー	休み	にゅう麺（そうめん　竹の子　本シメジ　生椎茸　板かま）・一口おにぎり（おかか・鮭）・デザート（抹茶ゼリーあずきのせ）・香の物（白菜漬け）	スープ（手羽　糸寒天　はんぺん）・焼き豚チャーハン（コンソメ　焼き豚　玉葱　人参・ピーマン　にんにく）・サラダ（玉葱　パプリカ　ブロッコリー　生ハム　ゆで卵）・福神漬けらっきょ	かき揚げそば（そば・玉葱・人参・むき海老・なると・長葱）・Gフルーツサラダ（Gフルーツ・白菜・クコノミ）・アスパラとイカの酢の物くり（イカ・酢みそ・Gアスパラ）・香の物（キャベツ一夜漬け）・牛乳寒天（アガー・牛乳・梅の精）	スープ（野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ）・和風スパエッティー（スパゲティー・シーチキン・大根おろし・きざみのり・大葉・青シソ・レーズン）・サラダ（レタス・生ハム・茹で卵）・デザート（マンゴーゼリー・マンゴーソース）・コーヒー
夕	ご飯・水餃子（餃子・薄焼き卵・生ワカメ・味付きメンマ）・盛合せ（とり竜田揚げ・大根おろし・トマト・枝豆）・揚げ茄子の味噌炒め（揚げ茄子・ピーマン）・香の物（白菜酢醤油漬け）・茶わん蒸し	わかめご飯（いなきび）・みそ汁（ブナピー　しめじ　きゃべつ）・焼き魚（一塩ほっけ・オレンジ　大根おろし）・肉じゃが（豚カタロース　芋　玉葱　人参　白滝　生姜）・香の物（たくあん）・大根とオホーツクの梅肉和え	チキンカレー（とりもも肉　芋　玉葱　人参　にんにく　ハイグレード）・盛合わせ（レタス　胡瓜　Gアスパラ　ゆで卵　トマト）・抹茶ゼリー・香の物（福神漬け）・寄せ物	ご飯・みそ汁（椎茸・揚げ・とろろ）・豚ロースアスパラ巻き（Gアスパラ・豚ロース・ポテト・チーズ　生野菜・トマト）・春キャベツのなめたけ和え（キャベツ・なめこ・胡瓜・オホーツク）・香の物（浅つけ）・卵と竹の子みそ	ご飯・うどん汁（干しうどん・長葱・揚げ）・鯖の味噌煮（鯖・みそ・揚げ茄子・生姜卜）・豚シャブサラダ（豚シャブ肉・レタス・新玉葱・海藻サラダ）・香の物（カブ一夜漬け）・大根と人参のきんぴら	ご飯・味噌汁（豆腐　本シメジ　ねぎ）・おでんカレー味（大根　豚バラ肉　茹で卵　こんやく　人参　カレールー）・マカロニサラダ（胡瓜　レタス）・香の物（白菜漬け）	ご飯・味噌汁（白菜　はんぺん　長葱）・魚の漬け焼き（ぶりハラス味付き　大根おろし　オレンジ）・里芋とコンニャクのそぼろ煮（里芋　とりひき肉　いんげん　でん粉・コンニャク）・香の物（野沢菜）
	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・かに玉あんかけ（卵　かにむき身　かに玉の素　生野菜　オレンジ）・大根の炒め煮（大根　黒こんにゃく　焼きちくわ）・香の物	ご飯・みそ汁・牛乳・はんぺんバターしょうゆ焼き（はんぺん　小麦粉　青海苔　卵　アスパラ缶　カーネルコーン　玉葱　ウインナー）・和風ナムル（春雨・にんじん・小松菜）・香の物	ご飯・みそ汁（とりごぼう　水菜　豆腐）・牛乳・トルコ風オムレツ（南瓜　玉葱　ベーコン　卵　レタス　生野菜）・煮浸し（キャベツ　花かつお）・香の物・なめこ和え	ご飯・みそ汁（大根　人参　ネギ）・牛乳・焼き物（角ハム　温野菜　アスパラ　ブロッコリー　人参）・豚レバー炒め煮（豚レバー　玉葱　にら　生姜　白滝　人参）・香の物	ご飯・みそ汁・牛乳・湯豆腐セット（豆腐　白菜　昆布　長ネギ　生椎茸　生姜）・とりごぼう（人参　いんげん）・白菜　胡瓜の漬物	ご飯・味噌汁（南瓜　なす　ワカメ）・牛乳　・チーズ入りオムレツ（玉子　生野菜　くだもの）・切干大根ごま和え（ピーマン）・昆布佃煮・香の物	ご飯・味噌汁（大根　人参　ほうれん草）・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り（大根おろし　オレンジ）・コンニャクのかか煮（鰹節・生姜　こんにゃく）・香の物
朝	スープ・焼きそば（むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にら・キャベツ・イカ）・オレンジ・りんご・香の物（紅しょうが）	焼きたてパン（南瓜パン　天かまロール　ツイストカスタード　あんぱん）・春キャベツのスープ（ミックスV　玉葱　キャベツの芯　芋　にんにく・ベーコン）・ポテトサラダ（芋・レタス　胡瓜）・コーヒー	みそ汁（白菜　焼き豆腐）・おにぎりセット（鮭　梅　焼売　金平ゴボウ　ホタテと芯玉葱の和え物）・デザート（白玉・あずき）・香の物（キャベツ・胡瓜）	野菜たっぷりスープ（長葱・大根・人参・里芋・ごぼう）・ゆかりご飯盛合わせ（ゆかり　レタス　トマト　鮭　ハラスから揚げ　枝豆・スイカ・ポテト）・香の物（胡瓜）	スープ（ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱　糸寒天　）・ハヤシライス（牛ばら肉　玉葱　ルー　竹の子　エリンギ　人参）・サラダ（むきえび・海藻サラダ・大根・レタス）・福神漬け　らっきょ	五目きし麺（大根　ごぼう　人参　赤みそ　とり肉　白菜　竹の子　きし麺　春菊　長ネギ）・ニンニクの芽炒め煮（ニンニクの芽・本シメジ・長葱）・冷たい茶わん蒸し（コーン・卵・だし汁）・栗きんとん（栗きんとん・白玉）	抹茶入り玄米茶・茶粥（番茶　塩）・盛り合わせ（さんま香味揚げ　レタスドレッシング　エビチーズ焼き　イチゴ　青梗菜ごま和え）・煮物（かまぼこ　人参　焼き豆腐　かぶ　ブロッコリー）・シャンパンゼリー・ねり梅
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風（鮭・生野菜・タルタルソース・茹で卵・玉葱・水菜）・とびっこ和え（ほうれん草・胡瓜・とびっこ・ナルト）・香の物（カツオ沢庵）	ご飯・みそ汁（ワカメ　芋　ネギ）・焼き魚（魚　大根おろし）・マーボー茄子（茄子　豚ひき肉　にんにく　長ネギ　甜麺醤　ごま油）・野沢菜	ご飯・ワカメスープ（コンソメ・わかめ・ごま・玉子）・チーズ入りハンバーグ（合いびき肉・チーズ・ほうれん草・本シメジ　玉葱）・春雨サラダ（春雨　ロースハム　もやし）・香の物（たくあん）	ご飯・みそ汁（キャベツ　ニラ　卵）・煮魚（魚　生姜　コンニャク）・ポテトサラダ（マカロニ　玉葱　胡瓜　茹で卵　ソーセージ　マヨネーズ　レタス）・香の物（ベッタラ漬け）	ご飯・三平汁（鮭・大根・芋　ネギ）・盛合わせ（カニ焼売磯部揚げ・生野菜・トマト）・ごま和え（すりごま　人参・小松菜）・香の物・イカピーマン	ご飯　・味噌汁（もやし　油揚げ）・とり幽庵焼き（鶏肉　生野菜　トマト）・いんげんの炒め煮（いんげん　人参　レンコン）・白菜の煮びたし・香の物	ご飯・味噌汁（はんぺん　ネギ　がんも）・たらホイル焼（鯖　みそマヨネーズ　ピーマン　生椎茸　マッシュポテト　カーネルコーン）・豆腐の卵とじ（豆腐　ニラ　ごぼう　本しめじ　人参　玉子）・さつま芋甘煮・香の物
	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
朝	ご飯・味噌汁（ネギ　椎茸　人参）・牛乳・はんぺんのチーズサンド（はんぺん　カットチーズ　生野菜　オレンジ）・人参の卵とじ（人参・ピーマン・玉子）・香の物	ご飯・味噌汁（はんぺん　人参　地のり）・牛乳・鯖水煮の山かけ（長芋　卵黄　醤油）・小松菜の磯和え（小松菜・人参・佃煮）・香の物	ご飯・味噌汁（椎茸　大根　ねぎ）・牛乳・キャベツのマフラー煮（人参・てんぷら・ひじ　本しめじ　青葉）・納豆（しらす　玉葱）・くだもの（バナナ・柿）	ご飯・味噌汁（かぶの茎　地のり）・牛乳・焼き魚（魚　大根おろし　トマト）・高野豆腐の卵とじ（カット高野豆腐　人参　味付き椎茸　いんげん卵）・数の子松前	ご飯・味噌汁（南瓜　花麩　ミツ葉）・牛乳・プレーンオムレツ（卵　生野菜　トマト　生クリーム）・大豆とひじきの炒め煮（茹で大豆　いんげん　にんじん　ごぼう　ひじきとり肉）・香の物	**ご飯・味噌汁（豆腐　ふのりネギ）・牛乳・煮物（京がんも大根　こんにゃく　本シメジ　地ふき）・温泉卵・香の物（胡瓜　なす）・リンゴ**	ご飯　・味噌汁（豆腐　ごぼう　大根葉）・牛乳・焼き物盛り合わせ（炭火やきとり　生野菜　キューイ）・根菜とさんま缶の煮物（大根の皮・ごぼう・ほうれん草）・香の物（カブの味噌漬け）
昼	塩ラーメン（スープ　みそたれ　ラーメン　もやし　キャベツ　人参　長葱）・いなり寿し・香の物（甘酢生姜）	焼きたてパン（レーズンパン　牛乳パン　あんぱん　ベーコン＆チーズサンド）・ほうれん草のポタージュ（ほうれん草ペースト・芋　玉葱　牛乳　生クリーム）・サラダ（玉葱　セロリー　とりむね肉　胡瓜）・コーヒー	休	・スープカレー（とり肉　揚げ茄子　南瓜　玉葱　ゆで卵　人参）・ご飯・サラダ（生ハム　キャベツ）・香の物	スープ（玉葱　肉団子・ピーマン）・炊き込みピラフ（玉葱　ベーコン　ミックスVコンソメ　バター）・サラダ（生ハム　胡瓜　レタス　大根）・福神漬	いかざるそば（イカ・そば・大根おろし・ほうれん草・長葱・たれ・なめこ）・手鞠寿司（酢飯・〆鯖・オホーツク・パセリ・玉子）・デザート（苺プリン・イチゴジャム）	スープ（生姜　野菜　ミックスV）・スパゲッティーナポリタン（玉葱　ピーマン・ナポリタンソース・ソーセージ・オリーブオイル・ニンニク・パスタ）・サラダ（カルパス・大根・レモン）・コーヒー
夕	ご飯・みそ汁（焼き豆腐・庄内麩・ねぎ）・うなぎの柳川（ウナギの蒲焼・ごぼう・玉葱・三つバ・玉子・生シイタケ）・フルーツヨーグルト（バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト）・香の物・切り干し大根の炒め煮（人参・ひじき・いんげん）	ご飯・中華スープ（わかめ　メンマ　春雨）・カニの甲羅揚げ（かに甲羅揚げ・マッシュポテト・ミックスV）・中華サラダ（中華クラゲ　胡瓜　人参　もやし）・香の物	ご飯・赤だし味噌汁（なめこ　絹豆腐　みつば）・お刺身盛り合わせ（ひらめ・ホタテ・いか　えび　大根　ケン　大葉）・ズイキの炒め煮（人参　生揚げ　こんにゃく　青葉）・めかぶの茎・もずくさんしょうの茎	ご飯・味噌汁（ちじみ菜　すり身）・とりササミのチーズサンドフライ（とりササミ　豚ロース　青のり　生野菜　オレンジ）・奴豆腐（大根おろしなめたけ）・香の物	ホタテご飯　・八杯汁（生椎茸・でん粉　長葱）・盛合せ（厚焼き玉子・ほうれん草のお浸し・とりから揚げおろしのせ）・胡瓜とイカの酢味噌（イカ・酢みそ・胡瓜）・香の物（大根・胡瓜・人参）	ご飯・味噌汁（ふき　油揚げ　とろろ昆布）・揚げ豆腐（豆腐・生椎茸・本シメジ・万能ねぎ・えのき・でん粉・舞茸）・コールスローサラダ（キャベツ　新玉葱　りんご　コーツスロー）・香の物	ご飯・味噌汁（小松菜　あげ　はんぺん）・千魚（千魚　甘酢大根　菊　海苔　ウインナー）・高野豆腐の含め煮（高野豆腐・人参　本しめじ　いんげん）・香の物（なす　たくあん）
	28日	29日	30日				
朝	ご飯・みそ汁（豆腐・長葱）・牛乳・さんま蒲焼盛合せ（小松菜　焼ちくわ　コーン）・とろろ芋（花かつお）・香の物	ご飯・みそ汁（豆腐　ネギ　ふのり）・牛乳・ハムエック（ハム・生野菜　くだもの）・切り干し大根中華炒め（切り干し大根・いか・ごま油・人参・いんげん・コンニャク）・香の物	ご飯・みそ汁（小松菜　はんぺん　人参）・牛乳・野菜のソテー（豚小間切・生椎茸　本しめじ　人参　もやし・玉葱・キャベツ）・絹豆腐あんかけ（絹豆腐・味付き椎茸　カニカマ）・香の物（胡瓜）				
昼	ご飯・みそ汁（椎茸　ネギ　花麩）・うな玉丼（ウナギの蒲焼・玉葱・竹の子・生椎茸・みつば・卵・もみのり）・お浸し（ほうれん草・花カツオ）・香の物（べったら漬け）・くだもの（Gフルーツ・黄桃缶）	焼き立てパン（フレンチトースト・デニッシュスクエア・十勝あんパン）・ミネストローネ（にんにく・芋・キャベツ・人参・トマト水煮缶・ベーコン・ローリエ）・デザート（ブドウゼリー・白玉・柿・リンゴ・もも）・コヒー	鮭雑炊（鮭・ごぼう・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁）・小さい盛合わせ（南瓜コロッケ　生野菜　トマト）・フルーツヨーグルト和え・野沢菜昆布				
夕	五穀米入りご飯・さつま汁（とりもも肉　ごぼう　さつま芋　人参・ごぼう　豆腐・大揚げ　長葱）・盛合わせ（ホタテコロッケ・生野菜・オレンジ）・ピーナツ和え（ほうれん草　人参・ピーナツ）・香の物（みそ漬け）	ご飯・みそ汁・煮魚（昆布・生姜・大根）・スパゲティーサラダ（スパゲティー　ロースハム　ゆで卵　胡瓜　玉葱）・香の物（大根醤油漬け）	ご飯・みそ汁（ミツバ　キャベツ）・とう板焼き（甘えび　サイコロステーキ・玉葱　エリンギ　南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし）・ナムル（小松菜・ほうれん草・えのき・胡瓜・いか人参）・香の物（浅漬け）				