

土用の丑の日
7月24日(水)昼食



お品書き

- ・鰻ちらし寿司
- ・里芋の和風煮
- ・小松菜のお浸し



ちらし寿司は素のみの提供になります。
各施設様で炊き上がったごはんに混ぜ込んで
お召し上がり下さい。

*すまし汁、大葉、きざみ海苔は盛り付けイメージのためつきません。



<https://x.gd/vjKmk>

いつもスマイルパックをご利用いただき、誠にありがとうございます。
商品とサービスの改善のため、お客様の声を是非お聞かせください。
こちらのQRを読み込んでいただき、ご回答いただきますよう、よろしく
お願いいたします。



<https://smilepack.jp/menu/>

毎月の献立はこちらでも
ご覧いただけます。

SMILE PACK
スマイルパック

今月の新メニュー

- 7/3(水) 太刀魚の蒲焼風
- 7/12(金) 白身魚のマリネ * 白身魚は(温)、上からかけるマリネは(冷)
- 7/18(木) ポテトのオーロラ和え
- 7/19(金) タルタルソースinハンバーグ
- 7/20(土) 玉ねぎの海苔ポン酢和え ・ テジカルビ(豚肉の韓国焼肉風炒め)
- 7/24(水) 広島トンチキ(豚肉・鶏肉)レモン風炒め
- 7/27(土) アボカドトマトソース豆腐ハンバーグ
* 豆腐ハンバーグは(温)、上からかけるアボカドトマトソースは(冷)



*7/7(日) そうめん(温→冷)はお湯で湯がいてから冷水で冷やして下さい。めんつゆは水で2倍希釈。
お好みでめんつゆをお湯で7倍希釈し、温かいおつゆにして召し上がることもできます。



〈2024年7月 献立表〉

日付	7月1日 月	7月2日 火	7月3日 水	7月4日 木	7月5日 金	7月6日 土
朝食	さつま揚げ(温) にんじんしりしり(温) つけもの(冷)	野菜の鯛だし煮(温) ソーセージ天(温) ふりかけ(冷)	じゃが芋のうま煮(温) 野菜肉巻き(温) つけもの(冷)	ほうれん草ソテー(温) ミニフランクフルト(温)	彩り野菜のうま煮(温) 肉団子(温) つくだに(冷)	さばの粕漬(温) キャベツの和え物(冷) なめたけ(冷)
エネルギー	119Kcal	72Kcal	105Kcal	125Kcal	124Kcal	162Kcal
塩分	1.7g	1.4g	1.3g	1.7g	2.2g	1.7g
昼食	鶏すき煮(温) 木の葉しんじょ(温) なすの揚げ浸し(冷)	豚肉と野菜のカレー炒め(温) 春巻(温) きゅうりのしらす生姜和え(冷)	鶏肉のインドネシア風ケチャップ炒め(温) 豆腐ナゲット(温) 小松菜わさびクリーム和え(冷)	五目ごはんの具(冷) コロッケ(温) 白菜のキムチ煮(温) おくらのごま和え(冷)	ブリの生姜煮(温) 冬瓜のあっさり煮(温) 玉ねぎのおかかポン酢和え(冷)	ビスクソース(えび風味ソース)オムレツ(温) ボンゴレスパゲティ(温) シーザーサラダ(冷)
エネルギー	268Kcal	270Kcal	315Kcal	250Kcal	215Kcal	296Kcal
塩分	2.1g	1.9g	1.5g	4.3g	1.6g	1.7g
夕食	味噌かつ(温) 大根の塩きんぴら(温) さつまいもサラダ(冷)	カレーのレモンオイル焼き(温) ひじきおかか煮(温) チーズペッパーポテトサラダ(冷)	太刀魚の蒲焼風(温) ブロッコリーのコンソメ煮(温) わかめの酢の物(冷)	豚肉と野菜のあんかけ丼(温) 厚焼玉子(温) もやしのザーサイ和え(冷)	豆腐と鶏肉のあんかけ風(温) ニラ饅頭(温) 大学芋(冷)	タイ風鶏そぼろ(温) 大根と油揚げの煮物(温) 蒟の土佐和え(冷)
エネルギー	321Kcal	241Kcal	257Kcal	256Kcal	286Kcal	272Kcal
塩分	2.2g	2g	2.6g	1.5g	1.2g	2.8g
たんぱく	32.3g	39.4g	34.9g	30.6g	32.7g	37.5g
エネルギー	708Kcal	583Kcal	677Kcal	631Kcal	625Kcal	730Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



<2024年7月 献立表>

日付	7月7日 日	7月8日 月	7月9日 火	7月10日 水	7月11日 木	7月12日 金	7月13日 土
朝食	ポトフ(温) 星形ミニハム(温)	野菜の塩煮(温) いか団子(温) ふりかけ(冷)	豆腐の炒り煮(温) 生姜棒天(温) つくだに(冷)	白菜と油揚げの煮物(温) 焼きもろこし天(温) つけもの(冷)	じゃがいもナポリタン(温) 赤ウインナー(温)	大根煮(温) 煮玉子(冷) つけもの(冷)	じゃが芋の煮物(温) なすのおかかポン酢和え(冷) つけもの(冷)
エネルギー	75Kcal	93Kcal	100Kcal	96Kcal	124Kcal	129Kcal	159Kcal
塩分	1.6g	1.6g	1.4g	1.9g	1.2g	1.5g	1.6g
昼食	そうめん(温→冷) だし巻き玉子(温) 小松菜のごま和え(冷)	メンチカツ(温) 高野豆腐煮(温) きゅうりの梅おかか和え(冷)	ジャンボ焼売(温) 鶏肉のチリソース炒め(温) 豆のごま和え(冷)	ホイコーロー(温) 五目巾着(温) 小松菜のおかか和え(冷)	ハンバーグノルウェーソース(温) カリフラワーの中華煮(温) アーモンド和え(冷)	鶏肉と夏野菜のトマト煮(温) チーズポテトフライ(温) ゴーヤのお浸し(冷)	麻婆豆腐(温) チヂミ(温) チョレギサラダ風(冷)
エネルギー	256Kcal	299Kcal	431Kcal	243Kcal	300Kcal	266Kcal	287Kcal
塩分	3.9g	2.2g	2.9g	2.1g	3.4g	2g	2.1g
夕食	ジャーチャン豆腐(温) 星のコロッケ(温) ブロッコリーのお浸し(冷)	あじ西京焼き(温) 細切昆布煮(温) トマトバジルポテトサラダ(冷)	あさりとカブのバター炒め(温) チキンピカタ(温) なすの柚子胡椒和え(冷)	さわらのみぞれあんかけ(温) ひじきのカラフル炒め(温) マカロニサラダ(冷)	豚肉のニラ玉炒め(温) かにかまフライ(温) 人参の和え物(冷)	白身魚のマリネ(温・冷) 和風スパゲッティ(温) わかめのサラダ(冷)	若鶏の唐揚げ(温) タイ風米粉焼きそば(温) 小松菜の菜種和え(冷)
エネルギー	327Kcal	215Kcal	294Kcal	223Kcal	261Kcal	211Kcal	379Kcal
塩分	2g	2.5g	2g	2g	1.8g	2.4g	2.2g
たんぱく	30.6g	35.4g	39.5g	34.1g	34.6g	42.1g	35.9g
エネルギー	658Kcal	607Kcal	825Kcal	562Kcal	685Kcal	606Kcal	825Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



<2024年7月 献立表>

日付	7月14日 日	7月15日 月	7月16日 火	7月17日 水	7月18日 木	7月19日 金	7月20日 土
朝食	スナックピースステーキ(温) チーズオムレツ(温)	冬瓜の煮物(温) 花さつま(温) つけもの(冷)	白菜の甘辛煮(温) 笹かまぼこ(温) ふりかけ(冷)	枝豆の豆腐ハンバーグ(温) ピーマンのお浸し(冷) つくだに(冷)	コンソメ煮(温) ハムステーキ(温)	きのご当座煮(温) グリーンピース棒天(温) つけもの(冷)	あじごまがらめ(温) 玉ねぎの海苔ポン酢和え(冷) つけもの(冷)
エネルギー	110Kcal	78Kcal	101Kcal	99Kcal	90Kcal	68Kcal	83Kcal
塩分	0.8g	1.2g	1.2g	1.8g	1.4g	1.4g	1g
昼食	さば山椒風味焼き(温) 大根のあっさり煮(温) ひじきのごま酢和え(冷)	豆腐のごま豆乳煮(温) ミニコーンフライ(温) きゅうりの昆布和え(冷)	白身魚フライ(温) きんぴらごぼう(温) ブロッコリーのハーブ和え(冷)	あさりの白ワイン蒸し風(温) 醤油味のイカカツ(温) ほうれん草サラダ(冷)	玉子丼(温) なす肉詰めフライ(温) ポテトのオーロラ和え(冷)	カレー(温) タルタルソースinハンバーグ(温) オクラのお浸し(冷) 福神漬(冷)	テジカルビ(豚肉の韓国焼肉風炒め)(温) ミニコロッケ(温) 人参のごま和え(冷)
エネルギー	238Kcal	212Kcal	239Kcal	231Kcal	261Kcal	369Kcal	432Kcal
塩分	1.7g	2.1g	2.3g	2.2g	2.7g	4.3g	1.9g
夕食	八宝菜(温) メンチカツ(温) 人参ナムル(冷)	赤魚のムニエル(温) ピーマンと竹輪の炒め物(温) マカロニサラダ(冷)	鶏肉の生姜炒め(温) 山芋入りねぎ焼き(温) なすのおろし和え(冷)	若鶏の味噌焼き(温) ナポリタン(温) 中華風酢の物(冷)	カレイの青しそ風味焼き(温) 大根とちくわの煮物(温) 小松菜のごま和え(冷)	鶏の天ぷら(温) ひじきおかか煮(温) 中華もやし(冷)	焼きぎょうざ(温) 豆腐の煮物(温) 小松菜のお浸し(冷)
エネルギー	235Kcal	211Kcal	280Kcal	336Kcal	153Kcal	234Kcal	193Kcal
塩分	2.5g	2.9g	1.5g	2.1g	2.4g	2.2g	2.4g
たんぱく	34.8g	30.1g	32.6g	39.9g	34.9g	39.1g	32g
エネルギー	583Kcal	501Kcal	620Kcal	666Kcal	504Kcal	671Kcal	708Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。お願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。




〈2024年7月 献立表〉


日付	7月21日 日	7月22日 月	7月23日 火	7月24日 水	7月25日 木	7月26日 金	7月27日 土
朝食	コーンクリーム煮(温) ジャーマンポテトサラダ(冷)	青菜の和風煮(温) 厚焼玉子(温) ふりかけ(冷)	ごぼうの煮物(温) しんじょ(温) つけもの(冷)	はんぺんの和風煮(温) 肉詰めいなり(温) つくだに(冷)	マカロニのマスタード炒め(温) レモンハーブチキン(温)	白菜炊き(温) 卵豆腐(冷) つけもの(冷)	じゃがいものそぼろ煮(温) チヂミ風天(温) つけもの(冷)
エネルギー	147Kcal	106Kcal	133Kcal	122Kcal	114Kcal	111Kcal	124Kcal
塩分	1.6g	1.3g	2g	1.8g	1.2g	1.1g	1.5g
昼食	若鶏の塩こうじ焼き(温) ウインナーとキャベツの Pasta(温) わかめの中華風ごま酢和え(冷)	肉じゃが(温) 焼売(温) なすの黒酢和え(冷)	鶏肉のネギ塩炒め(温) 三角春巻(温) きゅうりのごま醤油和え(冷)	うなぎちらし寿司(温・冷) 里芋の和風煮(温) 小松菜のお浸し(冷)	エビカツ(温) 大根の煮物(温) ゴーヤサラダ(冷)	赤魚の塩焼き(温) がんも煮(温) 青菜の和え物(冷)	豚肉の土手煮(温) コーンクリームミイフライ(温) もやしのごま酢和え(冷)
エネルギー	324Kcal	344Kcal	201Kcal	 303Kcal	271Kcal	191Kcal	292Kcal
塩分	1.9g	1.7g	1.4g	3.4g	2.4g	2.1g	1.8g
夕食	ツナ丼(温) 竹輪のゆかり揚げ(温) 大根ナムル(冷)	チキン南蛮(温) 卵の花(温) キャベツのねぎ油和え(冷)	さわらのバター醤油焼き(温) 大根の生姜煮(温) スパサラダ(冷)	広島トンチキレモン風炒め(温) ゴロゴロイカメンチ(温) キャベツの即席漬け(冷)	豚肉とブロッコリーの中華煮(温) 玉子巻き(温) もやしのゆかり和え(冷)	厚揚げの和風カレー煮(温) ハムカツ(温) おくらの梅和え(冷)	アボカドトマトソース豆腐ハンバーグ(温・冷) 和風ベンネ(温) なすの南蛮漬け(冷)
エネルギー	524Kcal	295Kcal	243Kcal	313Kcal	220Kcal	302Kcal	329Kcal
塩分	3g	3.5g	1.6g	1.8g	1.4g	2g	2.9g
たんぱく	38.4g	31.1g	33.1g	45g	35.8g	30.6g	30.4g
エネルギー	995Kcal	745Kcal	577Kcal	738Kcal	605Kcal	604Kcal	745Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
 あらかじめご了承いただけるようお願いいたします。
 (温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



〈2024年7月 献立表〉

日付	7月28日 日	7月29日 月	7月30日 火	7月31日 水
朝食	小松菜ソテー(温) オムレツ(温)	大根の炒め煮(温) えび団子(温) つくだに(冷)	野菜の豚骨煮(温) コーンイカハンバーグ(温) ふりかけ(冷)	白菜のうま塩煮(温) たこざんぎ風天(温) つくだに(冷)
エネルギー	92Kcal	124Kcal	107Kcal	98Kcal
塩分	1.8g	1.4g	1.4g	1.5g
昼食	よだれ鶏風(温) 竹輪の磯辺揚げ(温) 紅あずま甘露煮(冷)	ますの山賊焼き(温) 豆腐のうま煮(温) レモン風味ポテトサラダ(冷)	ジャンボ肉団子(温) 肉野菜炒め(温) 白和え(冷)	豚肉と大根のオイマヨ炒め(温) 枝豆オムレツ(温) キャベツのゆかり和え(冷)
エネルギー	296Kcal	223Kcal	245Kcal	241Kcal
塩分	2g	1.8g	1.4g	2.5g
夕食	ほっけの照焼き(温) ソース焼きそば風(温) 玉ねぎサラダ(冷)	北海道風豚丼(温) ピーマン肉詰めフライ(温) きゅうりの青じそ和え(冷)	鶏肉とじゃがいもの甘辛煮(温) 白身魚青のりフライ(温) なすのなめたけ和え(冷)	サバの味噌煮(温) 高野豆腐煮(温) 塩昆布もやし(冷)
エネルギー	273Kcal	274Kcal	352Kcal	255Kcal
塩分	1.3g	1.8g	2.2g	2.4g
たんぱく	39.5g	36.9g	37g	39.4g
エネルギー	661Kcal	621Kcal	704Kcal	594Kcal



* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。お願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。

SMILE PACK
スマイルパック

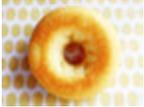
おやつ献立表

Dessert
Menu

7月



SMILE PACK
スマイルパック

<p>1 </p> <p>クレープ 容量 25 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>2 </p> <p>プリン 容量 60 g エネルギー 73 kcal</p>	<p>3 </p> <p>抹茶まんじゅう 容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>4 </p> <p>オレンジゼリー 容量 40 g エネルギー 41 kcal</p>	<p>5 </p> <p>エクレア 容量 30 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>6 </p> <p>ワッフル 容量 27 g エネルギー 67 kcal</p>	<p>7 </p> <p>七夕ゼリー 容量 40 g エネルギー 52 kcal</p>
<p>8 </p> <p>酒元饅頭 容量 40 g エネルギー 115 kcal</p>	<p>9 </p> <p>ストロベリーゼリー 容量 60 g エネルギー 58.8 kcal</p>	<p>10 </p> <p>お茶プリン 容量 40 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>11 </p> <p>ミニたいやき 容量 40 g エネルギー 70 kcal</p>	<p>12 </p> <p>いちごシュークリーム 容量 22 g エネルギー 70.8 kcal</p>	<p>13 </p> <p>杏仁豆腐 容量 50 g エネルギー 71.5 kcal</p>	<p>14 </p> <p>ココアムース 容量 40 g エネルギー 60 kcal</p>
<p>15 </p> <p>桃ゼリー 容量 60 g エネルギー 57.6 kcal</p>	<p>16 </p> <p>可寿饅頭 容量 40 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>17 </p> <p>マンゴープリン 容量 40 g エネルギー 34 kcal</p>	<p>18 </p> <p>レモンゼリー 容量 50 g エネルギー 49.5 kcal</p>	<p>19 </p> <p>どらやき 容量 55 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>20 </p> <p>青りんごゼリー 容量 60 g エネルギー 62.4 kcal</p>	<p>21 </p> <p>焼ドーナツ 容量 23 g エネルギー 68 kcal</p>
<p>22 </p> <p>田舎饅頭 容量 40 g エネルギー 110 kcal</p>	<p>23 </p> <p>おはぎ 容量 50 g エネルギー 118 kcal</p>	<p>24 </p> <p>ココアワッフル 容量 30 g エネルギー 87.9 kcal</p>	<p>25 </p> <p>チョコレート饅頭 容量 40 g エネルギー 85 kcal</p>	<p>26 </p> <p>ブルーベリーゼリー 容量 50 g エネルギー 55 kcal</p>	<p>27 </p> <p>いちごムース 容量 40 g エネルギー 65 kcal</p>	<p>28 </p> <p>鬼まんじゅう 容量 40 g エネルギー 80 kcal</p>
<p>29 </p> <p>黒糖まんじゅう 容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>30 </p> <p>アセロラミルクゼリー 容量 40 g エネルギー 51 kcal</p>	<p>31 </p> <p>豆乳ブラマンジェ 容量 40 g エネルギー 59 kcal</p>	<p>※写真はイメージです。 仕入れの都合により、メニューが変更する場合がございます。ご了承下さい。</p>			

