



8月献立表



	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	
朝食	ごはん お味噌汁 ウインナーと野菜の炒め物 春雨サラダ	雑炊 ヨーグルト 南瓜としめじの炒め物 春菊のお浸し	ごはん お味噌汁 肉団子のクリーム煮 オクラの胡麻和え ふりかけ	ごはん お味噌汁 ハムステーキ 菜の花のサラダ ふりかけ	雑炊 ヨーグルト 青梗菜と海老のコンソメ煮 竹輪の金平	ごはん お味噌汁 鮭入り炒り卵 胡瓜の酢の物	
昼食	親子丼 お味噌汁 いんげんの昆布和え フルーツ	ごはん わかめスープ ブルコギ風炒め とうもろこしのかき揚げ フルーツ	ごはん お味噌汁 鶏の山椒焼 青菜と昆布のおひたし フルーツ	散らし寿司 のっぺい汁 筍とふきの煮物 すいか羊羹	ごはん わかめスープ 麻婆茄子 もやしと水菜のツナボン酢和え フルーツ	すだちおろしうどん 炊き込みごはん 南瓜のいとこ煮 フルーツ	
夕食	ごはん お味噌汁 魚の葱塩焼き がんもと茄子の煮物	ごはん お味噌汁 豚とさつま芋の照り煮 トマトと玉葱のマリネ	ごはん すまし汁 魚の柚子味噌焼き さつま揚げと根菜の合わせ煮	ごはん お味噌汁 豚肉の塩ダシ炒め ひじきと大豆の煮物	ごはん すまし汁 魚の梅焼き がんもの生姜あんかけ	ごはん お味噌汁 鶏肉のピリ辛炒め 冬瓜の冷やし鉢	
	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	
朝食	ごはん お味噌汁 ロールキャベツ 豆と豆乳のサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 魚のみぞれ煮 小松菜とさつま揚げの煮物	雑炊 ヨーグルト じゃが芋の煮物 ピーマンとツナの塩炒め	ごはん お味噌汁 目玉焼き&ベーコン 根菜と大豆のトマト煮 ふりかけ	ごはん お味噌汁 南瓜のミートソース焼き 小松菜ナムル ふりかけ	雑炊 ヨーグルト 厚揚げのそぼろ煮 菜の花とあさりのソテー	ごはん お味噌汁 アスパラとウインナーの卵炒め はんぺんの煮物
昼食	ごはん すまし汁 魚の西京焼き 野菜のはんなり和え フルーツ	塩ラーメン 春巻き 胡瓜と鶏のレモン和え フルーツ	ごはん だんご汁 豚しゃぶ 法蓮草とあさりの煮浸し フルーツ	夏野菜カレー コールスローサラダ らっきょうと福神漬け フルーツヨーグルト	ごはん お味噌汁 魚の煮付け 切干大根と水菜のはりはり漬け フルーツ	ごはん 中華風春雨スープ 油淋鶏 きのこの中華サラダ フルーツ	ごはん すまし汁 魚の黄金焼き 根菜の煮物 フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 豚肉の生姜焼き 姫皮竹の子と野沢菜のお浸し	ごはん お味噌汁 鶏の香味焼き 茄子の煮びたし	ごはん お味噌汁 牛肉の柳川風煮 胡瓜と茗荷の酢の物	ごはん すまし汁 魚の塩焼き 鶏肉と根菜の黒酢あん	ごはん お味噌汁 ゴーヤチャンプルー 里芋といかの煮物	ごはん お味噌汁 魚の蒸し煮 ビーフン炒め	ごはん お味噌汁 肉豆腐 トマトとワカメのサラダ
	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	
朝食	ごはん お味噌汁 野菜入スクランブルエッグ ヘルシーサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 ベーコンと茄子のトマト煮 ほうれん草ナムル ふりかけ	雑炊 ヨーグルト 厚揚げの煮物 あさりとチンゲン菜の炒め物	ごはん お味噌汁 オムレツ 揚げ茄子とオクラのサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 魚の塩焼き 油あげとチンゲン菜の煮浸し	雑炊 ヨーグルト 白菜のツナ炒め トマトの和風サラダ	ごはん お味噌汁 ポトフ ほうれん草のなめたけ和え ふりかけ
昼食	ごはん お味噌汁 鶏肉のくわ焼き パンプキンサラダ フルーツ	枝豆ご飯 すまし汁 とろろ汁 がんもと野菜の炊き合わせ 金平ごぼう フルーツ お盆	ごはん わかめスープ 酢鶏 いんげんごま和え フルーツ	ごはん お味噌汁 魚の蒲焼 南瓜のそぼろ煮 フルーツ	肉うどん ミニわかめご飯 ゴーヤとツナの和え物 フルーツ	ごはん 野菜スープ ポークソテー マスタードソース キャベツと塩麴のサラダ フルーツ	ごはん お味噌汁 赤だし きすと夏野菜の天ぷら 菜の花の辛し和え フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 煮魚 さつま揚げと根菜の合わせ煮	ごはん お味噌汁 豚肉とアスパラの山椒炒め 小松菜の菊花浸し	ごはん お味噌汁 魚のしそ香焼き 豚肉と長芋のこってり煮	ごはん お味噌汁 肉じゃが さつま揚げ入り切り昆布	ごはん 野菜スープ チキンチャップ 蒸し野菜のサラダ	ごはん すまし汁 魚のおろしあん 茄子の田楽	ごはん お味噌汁 焼肉風 冷奴
	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	
朝食	ごはん お味噌汁 目玉焼き&ハム オクラツナ和え ふりかけ	ごはん お味噌汁 和風ロールキャベツ もやしナムル のり佃煮	雑炊 ヨーグルト 里芋と油揚げの煮物 大根菜のじゃこ炒め	ごはん お味噌汁 鶏つくねの照り焼き 青菜と昆布のおひたし	ごはん お味噌汁 魚の塩焼き チンゲン菜とはんぺんの煮物	雑炊 ヨーグルト えびしんじょうとふきの煮物 春菊のおかか和え	ごはん お味噌汁 茄子と挽肉のチーズ焼き 切干大根の洋風煮 ふりかけ
昼食	ビーフカレー 彩りサラダ らっきょうと福神漬け ヨーグルト	ごはん すまし汁 魚の塩麴マヨ焼き チンゲン菜とトマトのソテー フルーツ	ごはん コーンクリームスープ 鶏の香草焼き マカロニサラダ フルーツ	ごはん お味噌汁 魚の幽庵焼き 姫皮竹の子と野沢菜のお浸し フルーツ	麻婆丼 中華風コンソメスープ ピーマンのじゃこ炒め フルーツ	冷やし中華 カニ焼売 ブロッコリーのツナマヨ和え フルーツ	ごはん お味噌汁 唐揚げ みぞれがけ トマトの紫蘇風味サラダ フルーツ
夕食	ごはん お味噌汁 魚の照り焼き さつま芋と小松菜の生姜あん	ごはん すまし汁 豚の味噌煮 ほうれん草のお浸し	ごはん きのこのスープ 牛肉のスタミナ炒め ミニがんもとインゲンの煮付け	ごはん お味噌汁 炒り鶏 春雨サラダしそ風味	ごはん お味噌汁 牛肉の柚子胡椒焼き そら豆と豆苗の胡麻和え	ごはん お味噌汁 豚バラしそ炒め 茄子と厚揚げの炊き合わせ	ごはん すまし汁 魚の味噌煮 キャベツとハムのソテー
	28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)	<div data-bbox="1228 2368 2026 2656" data-label="Text"> <p>食材の仕入れ状況により、 メニューが変更になる場合がございますのでご了承ください。 魚料理について、ごく稀に骨が残っている場合がございます。 お召し上がりの際はご注意ください。よろしくお願いいたします。</p> </div> <div data-bbox="1249 2611 2047 2878" data-label="Image"> </div>		
朝食	ごはん お味噌汁 大豆のトマト煮 スパゲティサラダ ふりかけ	ごはん お味噌汁 車麩と揚げの卵とじ 菜の花のお浸し	雑炊 ヨーグルト キャベツと竹輪の旨煮 人参シリシリ	ごはん お味噌汁 野菜入スクランブルエッグ カニ風味サラダ ふりかけ			
昼食	ごはん 角切り野菜のコンソメスープ まぐろかつ おからカレー風味サラダ フルーツ	ごはん お味噌汁 豚と白菜の梅肉蒸し ひじき煮 フルーツ	ごはん オニオンスープ アクアパッツァ 茄子のマリネ フルーツ	ごはん お味噌汁 鶏肉の生姜焼き 大根そぼろあんかけ フルーツ			
夕食	ごはん お味噌汁 鶏の照り煮 揚げ茄子とオクラのサラダ	ごはん お味噌汁 和風ハンバーグ 彩りサラダ	ごはん お味噌汁 豚肉と長芋の炒めもの 胡瓜のゴマ酢和え	ごはん お味噌汁 魚の煮付け 野菜のはんなり和え			