

# 8月の献立表

	日	月	火	水	木	金	土	
	日	日	日	日	1日	2日	3日	
朝					パン又はおかゆ 小松菜のじゃこ炒め 牛乳	パン又はおかゆ ベージャが 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳	
昼					ごはん 牛のすき煮風 たご入りつみれ たたき牛蒡 味噌汁 漬物	わかめごはん ぶっかけそうめん 豚の味噌炒め 和え物(しろな)	ごはん 鮭の西京焼 大豆煮 大根サラダ 清汁 漬物	
おやつ					すいか	ほうじ茶プリン	酒まんじゅう	
夕					ごはん ホツケの塩焼き 煮物(箱) キャベツの梅和え 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のマリネソース焼き 南瓜サラダ フルーツと寒天 味噌汁 漬物	ごはん 豚肉の生姜煮 奴豆腐 揚げ茄子の甘酢和え 味噌汁 漬物	
朝	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
朝	パン又はおかゆ ふかしじゃが 牛乳	パン又はおかゆ 干草焼 牛乳	パン又はおかゆ 鶏大根 牛乳	パン又はおかゆ ミニオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ ソテー(しろな) 牛乳	パン又はおかゆ キャベツサラダ 牛乳	パン又はおかゆ 煮物(絹揚げ・豚) 牛乳	
昼	ごはん 鶏のトマト煮込み マヨサラダ マンゴー缶 コンソメスープ 漬物	ごはん 豚野菜炒め カリフラワー-サラダ パイン缶 具だくさん汁 漬物	ごはん 白身魚のハーブ焼き 白菜の煮浸し サラダ(フロッコリー) 味噌汁 漬物	ごはん 麻婆茄子 かにシューマイ カリフラワー-サラダ 中華スープ 漬物	ごはん 散らし寿司 お魚厚揚げの煮物 煮浸し(法蓮草) 茶碗蒸し	ごはん 鱈の照り煮 鯖だしとろみ炒め(白菜) チンゲン菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 親子煮 和え物(胡瓜) 斗六豆 味噌汁 漬物	
おやつ	りんごすりおろしヨーグルト	ワッフル	フルーチェ	きんつば	みるくまんじゅう	もみじまんじゅう	ファンシーケーキ	
夕	ごはん 赤魚のあんかけ 切干大根の煮物 うまい菜のごま和え 赤だし 漬物	ごはん 菜めし 湯葉ひろすの炊き合わせ 卵の花 わかさぎの南蛮漬け(小) とろろ汁	肉じゃが 胡瓜の土佐酢 味噌汁 漬物	鱈の袖焼焼き うまい菜の炒め煮 白菜の塩ナムル 味噌汁 漬物	みるくまんじゅう	ごはん 鶏のオニオンソース煮 イカ裾炒め ひじきサラダ 南瓜ポタージュ 漬物	ごはん コロケ 大根の煮物 みかん缶 味噌汁 漬物	ごはん 秋刀魚の有馬煮 うまい菜の炒め物 あつさり和え(白菜) 味噌汁 漬物
朝	11日(お誕生会)	12日(山の日)	13日	14日	15日	16日	17日	
朝	パン又はおかゆ 味噌巻き 牛乳	パン又はおかゆ トマト煮込み 牛乳	パン又はおかゆ 卵ムース 牛乳	パン又はおかゆ 白菜の煮浸し 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ 炒め物(チンゲン菜) 牛乳	パン又はおかゆ ミニオムレツ 牛乳	
昼	ごはん カレイの魚田煮 運根の煮物 揚げ茄子のボン酢かけ 清汁 漬物	ごはん 肉団子の甘酢あん キャベツの煮物 フルーツ缶 赤だし 漬物	ごはん 鮭の塩焼き 冬瓜の海老葛煮 もやしサラダ 赤だし 漬物	ハヤシライス マヨサラダ(カリフラワー) 苺ヨーグルト 漬物	ごはん ハンバーグ キャベツのソテー 黄桃缶 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のピカタ 煮物(絹揚げ) 和え物(しろな) 豚汁 漬物	ごはん 豚とキャベツの塩だれ炒め 卵の花 みかん缶 味噌汁 漬物	
おやつ	ケーキ・紅茶	シフォンケーキ	水ようかん	クリームコンフェ	みたらし団子風	ババロアシュークリーム	マドレーヌ	
夕	ごはん 豚の胡麻醬油炒め 煮物(一口がんと) 大根のピーナツ和え 味噌汁 漬物	ごはん 鰯の若狭焼き 高野の煮物 さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のやわから煮 うまい菜の炒め物 もずく酢 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の揚げ浸し 南瓜のいとこ煮 生酢 味噌汁 漬物	ごはん 枝豆がんとお炊き合わせ ごま豆腐 胡瓜のレモン酢和え 清汁	ごはん 鶏の生姜煮 筑前煮 白菜のあつさり和え 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の味噌煮 山芋の煮物 刻みとろろ 清汁 漬物	
朝	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
朝	パン又はおかゆ 鶏つみれ 牛乳	パン又はおかゆ もやしと豚の炒め物 牛乳	パン又はおかゆ キャベツソテー 牛乳	パン又はおかゆ クリームスープ 牛乳	パン又はおかゆ スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ 大根と豚の煮物 牛乳	パン又はおかゆ 煮物(絹揚げ) 牛乳	
昼	ごはん 白身魚の野菜ソース 煮物(一口がんと) 豆乳和え(うまい菜) コンソメスープ 漬物	チャーハン 鶏チリ(小) シューマイ マンゴー缶 味噌汁 漬物	ごはん 赤魚の煮付け 運根の炒め生酢 和え物(白菜) 味噌汁 漬物	わかめごはん 冷やし中華 牛蒡と揚げの炒め煮 大根サラダ	ねぎとろ丼(小) チンゲン菜の塩ナムル 冷やしぶっかけそうめん(小) マンゴープリン	ごはん ミートローフ 煮浸し(キャベツ) カリフラワー-サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚フライ うまい菜のソテー 巨峰 味噌汁 漬物	
おやつ	コーヒゼリー	マン	パウンドケーキ	パンケーキ	夏祭り	ストロベリータルト	どら焼き	
夕	ごはん 牛肉と大根の煮込み 豆腐のべっこうあん 胡瓜の甘酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の照り焼き 茄子の味噌炒め 法蓮草の和え物 清汁 漬物	ごはん 干草煮し 炒め物(チンゲン菜) 金時豆 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のマスタード焼き ひじきの煮物 しろなの和え物 味噌汁 漬物	ごはん かれいの生姜煮 三色福荷の煮物 法蓮草のソテー 赤だし 漬物	ごはん 赤魚の照り煮 筑前煮 小松菜のごま和え 味噌汁 漬物	ごはん 鶏の塩麹焼き 山芋の煮物 法蓮草の和え物 味噌汁 漬物	
朝	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝	パン又はおかゆ 海老そばだし巻き 牛乳	パン又はおかゆ うまい菜の和え物 牛乳	パン又はおかゆ 豆乳スープ仕立て 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ もやしの炒め物 牛乳	パン又はおかゆ 卵ムース 牛乳	パン又はおかゆ 煮物(絹揚げ) 牛乳	
昼	ごはん 豚ともやしのオイスター炒め たご糍炒め しろなの真砂和え 味噌汁 漬物	ごはん 鰯の味噌煮 金平牛蒡 あつさり和え(白菜) 清汁 漬物	菜めし わかめ卵とじうどん 煮物(絹揚げ) 揚げ茄子の甘酢和え 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の和風あんかけ 煮物(蓮根) 南瓜サラダ 味噌汁 漬物	夏野菜カレー サラダ(フロッコリー) フルーツ缶 漬物	ごはん 鮭の香草焼き 卵の花 カリフラワー-サラダ 味噌汁 漬物	ごはん チンジャオロース 和え物(法蓮草) 杏仁豆腐 味噌汁 漬物	
おやつ	ココアゼリー	黒糖まんじゅう	ももゼリー	マドレーヌ	手作りプリン	チョコケーキ	抹茶シフォンケーキ	
夕	ごはん 白身魚のトマトソースかけ 大根のピーナツ和え 金時豆 コンソメスープ 漬物	ごはん 焼き肉風 揚げ豆腐 洋なし缶 味噌汁 漬物	ごはん 鱈の焼き浸し 切干大根 チンゲン菜のピーナツ和え 味噌汁 漬物	ごはん ハンバーグの茸ソースかけ 小松菜のソテー たたき牛蒡 味噌汁 漬物	ごはん 鰯の若狭焼き 煮浸し(法蓮草) 刻みとろろ 味噌汁 漬物	ごはん 鶏の嫩焼き ひじき大豆 生酢 味噌汁 漬物	ごはん 銀杏がんとお炊き合わせ チンゲン菜の炒め物 白菜のあつさり和え 味噌汁	