

8月の献立表

		日	月	火	水	木	金	土
		日	日	日	日	日	日	日
朝								パン又はおかゆ キャベツソテー 牛乳
昼								ごはん 鮭の西京焼き 大根と鶏のべっこう煮 和え物 清汁 漬物
おやつ								黒糖まんじゅう
夕								ごはん 豚肉のオイスター炒め 茄子の揚げ浸し フルーツ缶 赤だし 漬物
		2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝		パン又はおかゆ 磯巻き卵 牛乳	パン又はおかゆ しろなのソテー 牛乳	パン又はおかゆ もやしとウインナーのソテー 牛乳	パン又はおかゆ ミニオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ チンゲン菜のソテー 牛乳	パン又はおかゆ トマト煮込み 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳
昼		ごはん レモンチキン うまい菜のソテー スパゲティサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 豚大根 奴豆腐 小松菜の煮浸し 味噌汁 漬物	ゆかりごはん わかめうどん 茄子のそぼろ煮 ブロッコリーのサラダ 味噌汁	散らし寿司 ほうれん草の煮浸し 茶碗蒸し マンゴー缶	ごはん 白身魚の香草パン粉焼き 大根の金平 うまい菜の和え物 味噌汁 漬物	わかめごはん 絹揚げの焼き合わせ キャベツのじゃこ炒め 胡瓜のあっさり和え 味噌汁	
おやつ		りんごゼリー	ぶどうジュース・チョコ	ワッフル	みるくまんじゅう(抹茶あん)	パウンドケーキ	レアチーズ	田舎まんじゅう
夕		ごはん 赤魚の煮付け 卵の花 胡瓜の和え物 豚汁 漬物	ごはん 白身魚のムニエル 煮物(白身魚揚げ) サラダ(カリフラワー) 味噌汁 漬物	ごはん 牛肉コロッケ 高野豆腐煮 もずく酢 卵のスープ 清汁 漬物	ごはん かれの味噌粕煮 うまい菜の炒め物 さつま芋サラダ 清汁 漬物	ごはん 鶏のねぎ焼き 白菜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 豚じゃが イカ笹焼 みかん缶 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の揚げ浸し 大豆煮 しろなの和え物 味噌汁 漬物
		9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
朝		パン又はおかゆ 豆乳スープ 牛乳	パン又はおかゆ ブレンオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ もやしの中華サラダ 牛乳	パン又はおかゆ キャベツの炒め物 牛乳	パン又はおかゆ 洋風だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ 山芋の煮物 牛乳	パン又はおかゆ 小松菜の炒め物 牛乳
昼		ごはん 豚肉の味噌マヨ炒め 山芋の煮物 揚げ茄子 豚汁 漬物	ごはん 鮭のクリームかけ 白菜の煮浸し りんご缶 豚汁 漬物	ごはん ハンバーグ 金時豆煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁 漬物	ハヤシライス カリフラワーサラダ ヨーグルト和え 漬物	ごはん 豚肉のフルコギ えびシューマイ 中華スープ みかん缶 漬物	鶏そぼろと卵の二色丼 絹揚げと鶏の煮物 白菜のあっさり和え 味噌汁	ごはん 白身魚のグリル 里芋煮 大根の和え物 味噌汁 漬物
おやつ		ケーキ・紅茶	キャラメルパウンドケーキ	抹茶まんじゅう	クリームコンフェ	すいか	イチゴクレープ	酒まんじゅう
夕		ごはん 鯉の照り焼き 一口がんと煮 大根の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 筑前煮 豆腐田楽 アスパラサラダ 清汁 漬物	ごはん 白身魚のヒカタ 切干大根 白菜のレモン風味 味噌汁 漬物	ごはん 秋刀魚の山椒煮 ふかしじゃが 小松菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 枝豆がんもの焼き合わせ 味付きコマ豆腐 たたき胡瓜 味噌汁 漬物	ごはん 鯉の味噌煮 金平牛蒡 しろなの和え物 清汁 漬物	ごはん 豚肉の生薑炒め 白菜の塩煮 奴豆腐 味噌汁 漬物
		16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
朝		パン又はおかゆ 卵ムース 牛乳	パン又はおかゆ トマト煮込み 牛乳	パン又はおかゆ ベージャが 牛乳	パン又はおかゆ ブロッコリーサラダ 牛乳	パン又はおかゆ からし菜のソテー 牛乳	パン又はおかゆ ブレンオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ ポテトサラダ 牛乳
昼		ごはん 鶏のから揚げ 大根と椎茸の煮物 マンゴープリン 味噌汁 漬物	菜めし 冷やし中華 茄子の揚げ浸し 洋なし缶 味噌汁 漬物	ごはん 赤魚の更紗あん 牛蒡の味噌金平 キャベツの胡麻和え 清汁 漬物	散らし寿司(卵そぼろ) 白菜と鶏の炒め煮 白桃缶 味噌汁	たご飯 鶏肉の柚子風味グリル もやしの炒め物 チンゲン菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん ミートローフ 大豆煮 カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物	ごはん 鶏大根 うまい菜のソテー みかん缶 味噌汁 漬物
おやつ		ぶどうゼリー	きな粉プリン	みるくまんじゅう(あん)	ココアワッフル	ベリーパウンドケーキ	りんごのタルト	くずまんじゅう
夕		ごはん 鯉の煮付け 卵の花 豚元サラダ 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚の香草焼き キャベツと豚肉のソテー ほうれん草の和え物 コンソメスープ 漬物	わかめごはん 高野の焼き合わせ チンゲン菜の炒め物 白菜の和え物 味噌汁	ごはん 豚肉の胡麻醤油炒め 冬瓜のくす煮 しろなの和え物 味噌汁 漬物	ごはん コロッケ ひじきの煮物 パイナップル 赤だし 漬物	ごはん 鯉の塩焼き 蓮根の金平 マカロニサラダ 味噌汁 漬物	木の葉餅 里芋のそぼろ煮 からし菜のサラダ 味噌汁
		23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
朝		パン又はおかゆ だし巻き 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 ミニオムレツ 牛乳	パン又はおかゆ トマト煮込み 牛乳	パン又はおかゆ だし巻き 牛乳	パン又はおかゆ もやしとウインナーのソテー 牛乳	パン又はおかゆ 白菜と鶏の炒め煮 牛乳
昼		ごはん かれの魚田菜 絹揚げの煮物 もずく酢 清汁 漬物	ごはん 牛血 筍と鶏の煮物 黄桃缶 味噌汁 漬物	ゆかりごはん ミートスパゲティ キャベツのソテー ブロッコリーサラダ ミルクスープ	ごはん 鯉の照り煮 小松菜の炒め物 たたき牛蒡 味噌汁 漬物	夏野菜カレー ひじきサラダ ぶどう 漬物	弁当 チャーハン 鶏チリ さくらシューマイ 塩レモンサラダ(キャベツ) ヨーグルト	ごはん ホツケの塩焼き からし菜の炒め物 豆腐の梅だれかけ 味噌汁 漬物
おやつ		柚子ゼリー	サンドケーキ(苺ジャム)	ハウムクヘン	ずんだ餅	抹茶しぐれ	パンケーキ	ココアカップケーキ
夕		ごはん 豚肉ともやしの野菜炒め 茄子の田舎煮 キャベツの梅かつお和え 味噌汁 漬物	ごはん 鯉のムニエル 金平牛蒡 胡瓜の土佐酢 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のから揚げ 切干大根の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁 漬物	ごはん 鯉の梅風味焼き 三色福寿の煮物 南瓜サラダ 味噌汁 漬物	わかめごはん 揚げ豆腐 白菜のソテー 白菜のあっさり和え 味噌汁	ごはん 鯉の若狭焼 きわめと絹揚げの炒め煮 生酢 豚汁 漬物	ごはん 豚肉の山椒煮 揚げ茄子 洋なし缶 味噌汁 漬物
		30日	31日	日	日	日	日	日
朝		パン又はおかゆ 豚元ソテー 牛乳	パン又はおかゆ コンソメ煮 牛乳					
昼		ごはん 鶏肉のトマト煮込み 大根とイカの塩だしとろみ炒め マンゴー缶 味噌汁 漬物	散らし寿司 絹揚げの煮物 みかん缶 味噌汁					
おやつ		手作りプリン	みるくまんじゅう(白あん)					
夕		ごはん 白身魚のグリル 高野豆腐煮 キャベツのマリネ 味噌汁 漬物	ごはん ハンバーグ 牛蒡と鶏の煮物 うまい菜の和え物 味噌汁 漬物					