

献立表

2018年8月1日 ~ 2018年8月15日

日付	朝食	昼食	3時おやつ	夕食
8/1 水	キャロットパン ミネストローネ 小松菜サラダ 牛乳	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 南瓜の甘煮 胡瓜の酢の物	チョコ饅頭	ご飯 豚肉のごま味噌炒め 切干大根の炒め煮 しろなの和え物
8/2 木	食パン マカロニのクリーム煮 菜の花のサラダ いちご牛乳	ご飯 白身魚のバター醤油焼き 冬瓜のそぼろがけ エンドウのサラダ 黄桃と白桃	ライチゼリー	ご飯 味噌汁 麻婆豆腐 焼きビーフン
8/3 金	黒糖食パン カレーソテー ヨーグルト(マンゴーソース) 野菜ジュース	麦ごはん かき玉汁 揚げ豆腐のきのこあん ひじきと大豆の煮物 ほうれん草のお浸し	アイス	ご飯 あじの香味焼き もやしと豆苗の炒め物 白菜のお浸し
8/4 土	胚芽食パン がんもと冬瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 豆乳	ご飯 さわらの塩麹焼き 里芋の煮物 しろなのごま和え ヨーグルト(キウイソース)	かりんとう	ご飯 味噌汁 かに入り卵焼き和風あんかけ 野菜の甘酢漬
8/5 日	食パン チーズスクランブルエッグ ヨーグルト(いちごソース) コーヒー牛乳	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 冬瓜のかにあんかけ 二色和え りんごと白桃のコンポート	セレクトジュース	ご飯 味噌汁 豚肉のボン酢炒め いんげんのピーナッツ和え
8/6 月	マーブル食パン 豆腐チャンプル 青菜の和え物 牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き さつま芋と昆布の煮物 春雨のさっぱりサラダ	スイスロール(バニラ)	ご飯 めだいの煮付け れんこんの金平 キャベツの香味和え
8/7 火	キャロットパン マカロニの洋風煮 ビーンズサラダ 豆乳	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き 花野菜のガーリックソテー コールスローサラダ	マドレーヌ	ご飯 中華風卵焼き 肉しゅうまい 春雨の中華和え
8/8 水	食パン 大根のコンソメ煮 畑菜の生姜醤油和え 飲むヨーグルト	ゆかりご飯 お吸い物 かれいの揚げ浸し かぶの旨煮 枝豆とひじきのサラダ	カスタードケーキ	ご飯 鶏肉の梅味噌焼き じゃが芋の煮物 冷奴
8/9 木	食パン 厚揚げのそぼろ炒め ブロッコリーのサラダ 豆乳麦芽コーヒー	ご飯 豚肉と野菜の炒め物 大根と油揚げの味噌煮 青菜のお浸し みかんとパイン	今川焼(こしあん)	ご飯 味噌汁 ぶりのみりん焼き 白菜のゆかり和え
8/10 金	黒糖食パン 野菜つみれの和え物 うまい菜としめじの和え物 牛乳	ご飯 ふくさ焼き じゃこの炒め物 カリフラワーの甘酢漬 ヨーグルト(マンゴーソース)	いちごムース	ご飯 みそ汁 豚肉の山椒煮 オクラのおかか和え
8/11 土	胚芽食パン チーズスクランブルエッグ しろ菜のサラダ 豆乳	ご飯 コンソメスープ チキンカツ もやしのカレーソテー レタスサラダ	サマーロール	ご飯 たらの漬け焼き 厚揚げの味噌かけ 大根なます
8/12 日	食パン クリーム煮 白菜のサラダ 牛乳	ご飯 中華スープ 回鍋肉 肉しゅうまい 春雨サラダ	セレクトジュース	ご飯 鶏肉の玉葱ソース コンソメ煮 ほうれん草のナムル
8/13 月	マーブル食パン 野菜のケチャップ炒め 小松菜のごま和え 豆乳	ご飯 鶏肉の竜田揚げ 冬瓜の水晶煮 キャベツのボン酢和え ゆずムース	パイ饅頭	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ もやしのサラダ
8/14 火	食パン 豆腐のそぼろがけ ほうれん草のお浸し 牛乳	ご飯 さばの生姜煮 じゃが芋の煮物 しろなのからし和え フルーツ缶 冷やし中華	たこ焼き	ご飯 中華スープ 豚肉と野菜の中華炒め エンドウのサラダ
8/15 水	食パン カラフルスクランブルエッグ 青梗菜とツナの和え物 豆乳	鶏肉と冬瓜の煮物 茄子の煮浸し メロンとみかん	カステラ饅頭	ご飯 たらの照り焼き かぶの煮物 うまい菜のごまマヨ和え