

献立表

期 間：2022/8/1～2022/8/31

	日	月	火	水	木	金	土				
		1	2	3	4	5	6				
	朝食	クリームエスカルゴ 卵サラダ 飲むヨーグルト パイン缶	米飯 漬物（しその実漬） 大根の煮物 味噌汁（エノキ） 牛乳	バターロール はちみつ 菜の花と卵のソテー 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（青かっぱ） チンゲン菜の煮浸し 味噌汁（キャベツ） 牛乳	食パン りんごジャム 白菜サラダ 飲むヨーグルト バナナ	パンバイキング キャベツとコーンの炒め 牛乳 パイン				
	昼食	☆郷土料理☆和歌山 赤飯 紀州梅サシガキ ハウレンソウのシラス和え 味噌汁	米飯 鰯の味噌煮 しろ菜のお浸し 清汁	*旬の食材・万願寺唐辛子* 米飯 万願寺唐辛子と焼肉のポン酢炒め 茄子の煮物 味噌汁	米飯 豚肉の山椒焼き おろし醤油和え 味噌汁	豆と野菜のカレー レタストマトサラダ コーヒーゼリー	米飯 鰯の塩焼き 厚揚げの炒め煮 味噌汁				
	夕食	米飯 揚げ魚の野菜あんかけ 菊菜のごま酢あえ 味噌汁	米飯 鶏肉の香味焼き 白菜のおかか和え 味噌汁	米飯 白身魚の磯風味焼き オクラのレモン風味和え みそ汁	米飯 鰯の西京焼 マセドアンサラダ 清汁（ほうれん草）	米飯 マスの漬け揚げ しろ菜のワサビ和え 味噌汁	米飯 肉じゃが もやしと卵のチーズ焼 清汁				
	3時	オレンジゼリー	田舎饅頭	マドレーヌ	シークワサーゼリー	黒糖まんじゅう	メープルケーキ				
	7	8	9	10	11	12	13				
	朝食	バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 飲むヨーグルト 黄桃缶	米飯 漬物（刻みたくあん） 千切り大根の煮物 味噌汁（しめじ） 牛乳	バターロール りんごジャム 南瓜サラダ 飲むヨーグルト バナナ	米飯 漬物（ツボ漬け） 小松菜のカツオ和え 味噌汁（ナス） 牛乳	食パン いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト 黄桃缶	鮭雑炊 チンゲン菜の煮浸し 牛乳 みかん缶				
	昼食	米飯 茄子と肉団子の煮物 もやしと竹輪和え 味噌汁	米飯 鰯のムニエル 春雨のさっぱりササガ コンソメスープ（オクラ）	*特裁玄米* 玄米入りごはん 白身魚のホイル焼き風 長芋とろろ 味噌汁	米飯 豆腐のチャンプル カリカリベーコンサラダ 味噌汁	米飯 ブリの七味焼き 玉子豆腐 味噌汁（ふ）	夏のそぼろ寿司 炊き合わせ 赤だし マンゴー缶				
	夕食	米飯 白身魚の照り煮 小松菜のソテー 清汁	米飯 鶏胸肉とピーマンのニンニク醤油炒め じゃが芋のえびあんかけ 味噌汁	米飯 鰯の蒲焼風 しろ菜の炒め物 清汁	米飯 鶏肉のハチミツ醤油焼き 白菜のごまよごし コンソメスープ	米飯 鰯の南蛮漬け くるみ和え 清汁	米飯 ハンバーグおろしポン酢 ビーフンサラダ 味噌汁	米飯 マスの焼き浸し 春雨の酢の物 味噌汁			
	3時	イチゴムース	どら焼き	プリン	よもぎまんじゅう	ヨーグルト	チョコマフィン	いちごロール			
	14	15	16	17	18	19	20				
	朝食	バターロール はちみつ 大根サラダ 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（桜漬け） 菜の花の煮浸し 味噌汁（ふ） 牛乳	バターロール はちみつ ハウレン草のソテー 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（しその実） 春菊と竹輪の煮浸し 味噌汁（玉葱） 牛乳	食パン りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト みかん缶	パンバイキング ポテトサラダ 牛乳 バナナ				
	昼食	米飯 鰯の中華あん しろ菜の海苔和え 味噌汁（南瓜）	カレーライス ハムサラダ フルーツポンチ 福神漬	*郷土料理*和歌山 ふりかけごはん 和歌山ラーメン風 キャベツの和え物 マンゴーゼリー	米飯 餃子 しろなの柚子和え 味噌汁	米飯 タラのわかめ蒸し 南瓜の天ぷら 味噌汁	米飯 豚キムチ炒め カリフラワーの甘酢和え ねぎと椎茸のスープ	米飯 揚げ魚の夏野菜のせ 棒々鶏サラダ 清汁			
	夕食	米飯 鶏肉の梅酒焼 海藻サラダ みそ汁	米飯 鰯の味噌煮 もやしの和え物 清汁	米飯 豚肉のねぎみそ焼 白菜の中華和え 中華スープ	米飯 肉どうふ きのこのおろし酢和え 味噌汁	米飯 炒り鶏 ハウレンソウのドレ和え 味噌汁	米飯 白身魚のピカタ もやしのおかか和え コンソメスープ	米飯 豚肉と三度豆の中華炒め 高野の煮物 味噌汁			
	3時	くずまんじゅう	牛乳ケーキ	ムースエクレア	コーヒーゼリー	ショコラケーキ	栗まんじゅう	梅ゼリー			
	21	22	23	24	25	26	27				
	朝食	バターロール いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト 黄桃缶	米飯 漬物（赤かっぱ） キャベツの煮浸し 味噌汁（揚げ） 牛乳	バターロール りんごジャム オムレツ 飲むヨーグルト パイン缶	米飯 漬物（刻みたくあん） おくらのおろし和え物 味噌汁（渦巻麩） 牛乳	食パン いちごジャム じゃが芋のクリーム煮 飲むヨーグルト 黄桃缶	かに雑炊 しろ菜の胡麻和え 牛乳 みかん缶				
	昼食	米飯 鶏肉の治部煮 かに入り玉子焼き みそ汁	米飯 マスの塩焼き ツナサラダ 味噌汁	米飯 揚げ鶏のさっぱり煮 しろ菜の辛子和え 清汁	米飯 白身魚のごまだれか ほうれん草の湯葉和え 清汁	菜飯ごはん（半量） 冷麺 ミニ麻婆茄子 オレンジゼリー	*郷土料理*和歌山 米飯 白身魚の金山寺味噌焼き ごま豆腐 清汁	米飯 トンカツ ごぼうサラダ 味噌汁（ふ）			
	夕食	米飯 鰯の照り焼き 小松菜のピーナツ和え 味噌汁	米飯 青椒肉絲 大根の田楽 清汁	米飯 鰯の葱ソース 大豆サラダ 味噌汁	米飯 夏野菜ミートローフ カリフラワーゆかりの和え 味噌汁	米飯 鰯の煮付け 豆腐の卵とじ 味噌汁	米飯 鶏肉のマヨ焼 白菜の梅おかか和え 味噌汁	米飯 オムレツ 小松菜のお浸し 味噌汁（きゃべつ）			
	3時	黒ゴマまんじゅう	紅茶ケーキ	パバロア	うさぎ饅頭	黒糖ケーキ	チョコワッフル	鯛まんじゅう			
	28	29	30	31							
	朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト 白桃缶	米飯 漬物（しその実漬） 大根の煮物 味噌汁（エノキ） 牛乳	バターロール はちみつ 菜の花の和え物 飲むヨーグルト 白桃缶							
	昼食	米飯 マスのムニエル レモン醤油和え コンソメスープ	米飯 牛肉の味噌ブルコギ風 菊菜の香味和え わかめスープ	米飯 鰯の辛味煮 もずく酢 味噌汁				米飯 夏野菜カレー ほうれん草サラダ イチゴゼリー			
	夕食	米飯 肉詰めいなり含め煮 シャキッとコーンサラダ 味噌汁	米飯 千草焼き ひじきと枝豆のサラダ 味噌汁	米飯 豚肉の山椒焼き 白菜のごま和え 味噌汁				米飯 鰯の蒲焼風 チンゲン菜と揚げの煮浸し 中華スープ			
	3時	パームクーヘン	焼きトナツ(チョコ)	どら焼き（抹茶あん）	プチシュークリーム						