

献立表

期 間:2023/8/1~2023/8/31

	日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4	5		
	朝食		米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物(刻みたくあん) 小松菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリームポテト 飲むヨーグルト 洋ナシ缶	パンバイキング キャベツの柚子和え 牛乳 バナナ		
	昼食		赤飯 一口ササミカツ ホウレンソウのシラス和え コンソメスープ	米飯 鯖の味噌煮 しろ菜のお浸し 清汁	*旬の食材・万願寺唐辛子* 米飯 万願寺唐辛子と挽肉のポン酢炒め 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 レタスサラダ ハンバーグ		
	夕食		米飯 白身魚の煮付け 菊菜のごま酢あえ 味噌汁 バタークッキー	米飯 鶏肉の香味焼き 白菜のおかか和え 味噌汁 イチゴゼリー	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 黒糖まんじゅう	米飯 白身魚の西京焼 マセドアンサラダ 清汁 ミルク饅頭	米飯 白身魚のフライ 白菜のワサビ和え コンソメスープ ドーナツ		
	3時								
	6	7	8	9	10	11	12		
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ 白菜のサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) 大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ チンゲン菜の煮浸し 飲むヨーグルト ミカン缶	米飯 漬物(青かっぱ) キャベツの和え物 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム ほうれん草のドレ和え 飲むヨーグルト バナナ	かに雑炊 春雨サラダ 牛乳 ミックスフルーツ缶		
昼食	米飯 ワカサギの南蛮漬 厚揚げの炒め煮 味噌汁	米飯 茄子と肉団子の煮物 もやしと竹輪和え 味噌汁	ふりかけご飯 焼きうどん 厚揚げの味噌炒め コンソメスープ(オクラ)	米飯 豚かつおろしポン酢 春雨のさっぱりサラダ みそ汁	*特栽培米* 玄米入りごはん 鯖の醤油焼 冷やっこ 味噌汁	野菜カレー 牛肉とごぼうの炒め物 カリカリベーコンサラダ	米飯 白身魚の七味焼き 玉子豆腐 味噌汁(ふ)		
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コンゴ醤油炒め じゃが芋のえびあんかけ 味噌汁	米飯 鶏胸肉とピーマンのコンゴ醤油炒め じゃが芋のえびあんかけ 味噌汁	米飯 鯖の蒲焼風 しろ菜の炒め物 みそ汁	米飯 鶏肉のてりやき 白菜のごまごし コンソメスープ 水ようかん	米飯 白身魚の山椒焼 チンゲン菜のくるみ和え みそ汁 どら焼き	米飯 ハンバーグおろしポン酢 ビーフンサラダ コンソメスープ イチゴゼリー		
夜食	焼きそば カステラ 炊き込みご飯								
	13	14	15	16	17	18	19		
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 マンゴー缶	クリームエスカルゴ りんごジャム 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物(ツボ漬け) ブロッコリーのマスタード和 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング 春雨サラダ 牛乳 パン		
昼食	米飯 鶏肉の梅照焼き 南瓜の煮物 みそ汁	そばろ寿司 里芋の煮物 しろ菜の海苔和え 赤だし	米飯 鶏じゃが チンゲン菜の柚子和え 味噌汁	ふりかけごはん 味噌ラーメン キャベツの和え物 マンゴーゼリー	カレーライス きんぴらごぼう チンゲン菜のサラダ 福神漬	米飯 白身魚のコーンマヨ焼き 南瓜の煮物 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		
夕食	米飯 白身魚の焼き浸し 春雨の酢の物 味噌汁	米飯 白身魚の中華あん 海藻サラダ みそ汁	米飯 鯖の味噌煮 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 ゴーヤチャンプル カリフラワーのサラダ 中華スープ	米飯 炒り鶏 ホ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		
3時	プチシュークリーム	バナナムース	長崎カステラ	小倉あんパイ	抹茶ようかん	牛乳ケーキ	青りんごゼリー		
	20	21	22	23	24	25	26		
朝食	バターロール はちみつ キャベツのおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶	クリームエスカルゴ 春雨サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬) 煮豆(大豆昆布) 味噌汁 牛乳	バターロール いちごジャム 切干大根煮 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(ツボ漬け) チンゲン菜のピーナツ和え 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム スライスフルーツ 飲むヨーグルト みかん缶	卵雑炊 ほうれん草の煮浸し 牛乳 バナナ		
昼食	米飯 揚げ魚の夏野菜のせ 棒々鶏サラダ 卵スープ	菜飯ごはん(半量) 冷やし素麺(冷や麦) ミニ麻婆茄子 オレンジゼリー	米飯 鯖の胡麻焼 ツナサラダ 味噌汁	チキンカレー しろ菜の辛子和え 揚げ茄子のえびあんかけ	米飯 白身魚のごまだれ和 ほうれん草の湯葉和え 清汁	*郷土料理* かきませ かに入り玉子焼き ちんげん菜の中華和え みそ汁	米飯 白身魚の金山寺味噌焼き ごま豆腐 清汁		
夕食	米飯 豚肉と三度豆の中華炒め 高野の煮物 味噌汁	米飯 鯖の照り焼き 小松菜のピーナツ和え 味噌汁	米飯 青椒肉絲 大根の田楽 中華スープ	米飯 白身魚のネギソースかけ 大豆サラダ 味噌汁	米飯 夏野菜ミートローフ 高野豆腐の煮物 コンソメスープ	米飯 鯖の煮付け しろ菜の炒め物 味噌汁	米飯 鶏肉のマヨ焼 白菜のおかか和え 味噌汁		
3時	レモンケーキ	水ようかん(栗)	もみじ饅頭	オレンジゼリー	ぼたぼた焼	マロンあんパイ	ヨーグルトババロア		
	27	28	29	30	31				
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 オレンジ	クリームエスカルゴ チンゲン菜のサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(赤かっぱ) ほうれん草の煮浸し 味噌汁(揚げ) 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) しろ菜の和え物 味噌汁 牛乳				
昼食	米飯 トンカツ ごぼうサラダ 味噌汁(ふ)	米飯 白身魚のムニエル 白菜のレモンしょうゆ和え コンソメスープ	米飯 夏野菜カレー 菊菜の香味和え 南瓜とベーコンのソテー 福神漬	米飯 海老のチリソース炒め もずく酢 味噌汁	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				
夕食	米飯 オムレツ 小松菜のお浸し 味噌汁(きゃべつ)	米飯 肉詰めいなり含め煮 しゃきとコーンサラダ 味噌汁	米飯 鯖の蒲焼風 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 千草焼き チンゲン菜と揚げの煮浸し 中華スープ				
3時	どら焼き	ゼムス	黒糖ケーキ	曲がり煎餅	青りんごゼリー				