

🐟 8月の献立表 🐟

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				赤飯 天ぷら 冬瓜と豚肉の煮物 トマトのおろし和え 味噌汁（なめこ） すいか 季節の和菓子	ご飯 鶏肉の塩こうじ焼き 厚揚げの煮物 きゅうりの生姜和え すまし汁（菜の花） どら焼き	ご飯 魚の照りマヨ焼き もやしとひき肉炒め 小松菜わさび醤油和え 味噌汁（切干） プリン
4	5	6	7	8	9	10
ご飯 豚肉のすき焼き風煮 炒り卵 ブロッコリーサラダ 味噌汁（もやし） ベビーシュー	醤油ラーメン ハムカツ 大根サラダ もも缶 バーンクレーン	ご飯 豚肉と豆腐のオイスター炒め カリフラワーのクリーム煮 チンゲン菜のサラダ 春雨スープ 田舎まんじゅう	ご飯 ホキの揚げ煮 南瓜の煮物 もすく酢 味噌汁（豆腐） クリームパン	ご飯 あじのムニエル カリフラワーの炒め物 白菜の梅和え 味噌汁（なす） おかき 砂糖醤油	そばろ丼 長芋白煮 冷奴 味噌汁（巻きふ） ロールケーキコーヒー	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き スナップエンドウの炒め物 菜の花のお浸し すまし汁（豆腐） ヨーグルト
11	12	13	14	15	16	17
ご飯 豚しゃぶ なすの煮つけ 春雨の中華風サラダ 味噌汁（ごぼう） モモゼリー	ご飯 たらの塩野菜あんかけ 高野豆腐 キャベツとハムの和え物 味噌汁（もやし） 白こしあんまんじゅう	ご飯 さばの塩焼き いら玉 浅漬け風サラダ すまし汁（白はんぺん） パバロア	カレーライス ホタテ風フライ フレンチサラダ ヨーグルト 黒糖まんじゅう	とろろそば 豆腐田楽 ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 クリームコンフェ	ご飯 カレイの磯辺揚げ かんぴょう煮 もやしのゆかり和え すまし汁（かまぼこ） あんぱん	ご飯 エビマヨ なすの煮物 菜の花の塩昆布和え 味噌汁（わかめ） メロンゼリー
18	19	20	21	22	23	24
ご飯 カレイのたらこソースかけ かぼちゃのソテー もやしとハムの和え物 すまし汁（とろろ昆布） 味しらべ	ご飯 味噌かつ 麩の卵とじ ツナとブロッコリーのサラダ 味噌汁（里芋） 抹茶まんじゅう	ご飯 煮込みハンバーグ じゃが芋たらこ炒め トマトと大葉の和え物 コーンスープ チョコパン	ご飯 たらのカレームニエル もやしとニラのソテー ほうれん草の磯和え すまし汁（しいたけ） おかき えび	ご飯 チキンのバーベキューソテー 里芋の煮物 小松菜のおかかマヨ和え 味噌汁（えのき） カステラ	スパゲティミートソース さつま芋レモン煮 グリーンサラダ フルーツミックス ミニたい焼き	ご飯 コロッケ 春雨のソテー おからサラダ 味噌汁（あさり） 青りんごゼリー
25	26	27	28	29	30	31
ご飯 照り焼きチキン コンソメポテト かにかまサラダ 味噌汁（菜の花） 水ようかん	ご飯 鮭の塩焼き 豚肉入りきんぴら カリフラワーのゆかり和え 味噌汁（小松菜） ロールケーキパニョ	ご飯 鶏肉のもろみ焼き さつま芋と糸昆布煮 小松菜のごま和え すまし汁（とろろ昆布） 乳菓まんじゅう	焼きそば えびシューマイ ブロッコリーとツナの和え物 味噌汁（わかめ） ドーナツ	ご飯 チキンピカタ 南瓜の煮物 ツナときのこのサラダ 味噌汁（えのき） 白い風船	ご飯 マーボー豆腐 えびと卵のあっさり炒め ごぼうサラダ 中華スープ（もやし） カスタードケーキ	ご飯 さばの竜田揚げ 角心の煮物 白菜のピーナツ和え 味噌汁（南瓜） プリン



9月の献立表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
ご飯 メンチカツ 小松菜のおかか煮 春雨サラダ すまし汁（白はんぺん） ベビーシュー	ご飯 ホキの磯部揚げ 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草くるみ和え 味噌汁（なめこ） 田舎まんじゅう	醤油ラーメン にら玉 ごぼうサラダ 杏仁豆腐 おかきのり塩	ご飯 白身魚フライ ツナじゃが もずく酢 味噌汁（えのき） どら焼き	カレーライス カニクリームコロッケ グリーンサラダ ヨーグルト 味しらべ	ご飯 カレイのムニエル 人参さっと煮 ほうれん草のお浸し すまし汁（とろろ昆布） クリームパン	ご飯 揚げ出し豆腐 里芋バター醤油炒め アスパラと鶏の梅和え 味噌汁（大根） 水ようかん
8	9	10	11	12	13	14
ご飯 鶏の照りマヨ焼き ジャーマンポテト 小松菜のわさび醤油和え 味噌汁（豆腐） 乳菓まんじゅう	ご飯 和風ハンバーグ さつま芋のバター煮 トマトと大葉の和え物 コーンスープ バームクーヘン	ご飯 エビチリ スナックエンドウの炒め物 春雨の中華風和え 味噌汁（ごぼう） カステラ	ご飯 カレイの塩野菜あんかけ 茄子の炒め煮 さつま芋サラダ 味噌汁（もやし） ロールケーキコーヒー	ご飯 鶏肉のから揚げ がんもの煮物 海藻サラダ すまし汁（えび） クリームコンフェ	焼きそば えびシューマイ ほうれん草のしそマヨ和え フルーツミックス 白こしあんまんじゅう	ご飯 タラの梅焼き さつま芋と豚肉の煮物 チンゲン菜のピーナツ和え すまし汁（おつゆ麩） メロンゼリー
15	16	17	18	19	20	21
ご飯 小松菜と豚肉のオイスター炒め かんぴょう煮 白菜のサラダ 味噌汁（豆腐） 黒棒	散らし寿司 エビフライ 胡瓜の生姜和え すまし汁（花ふ） キウイフルーツ ねりきり	ご飯 豚肉のすき煮 キャベツと干しエビの炒め物 かにかまサラダ すまし汁（あさり） 黒糖まんじゅう	ご飯 豆腐チャンプルー 舞茸とごぼう煮 パンキンサラダ 味噌汁（わかめ） おかききな粉	ご飯 赤魚の酒粕漬け焼き さつま芋のレモン煮 ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁（とろろ昆布） あんぱん	五目うどん ハムカツ トマトの塩昆布和え りんご缶 ドーナツ	ご飯 鶏肉の角煮風 里芋とツナの煮物 スバゲティサラダ 味噌汁（白菜） いちごゼリー
22	23	24	25	26	27	28
ご飯 ホキのマヨネーズ焼き 茄子のソテー おからサラダ 味噌汁（豆腐） ヨーグルト	中華丼 シューマイ キャベツのごま和え 中華スープ（にら） カスタードケーキ	ご飯 豚肉とブロッコリーの炒め物 がんもの煮物 エンドウのサラダ 味噌汁（大根） ロールケーキチョコ	ご飯 たらのみぞれ煮 いんげんの金平 もやしのゆかり和え 味噌汁（おつゆ麩） ハバロア	ご飯 鶏肉のもろみ焼き 高野豆腐 五目とろろ すまし汁（えのき） ミニたい焼き	ご飯 和風卵焼き マーボー茄子 キャベツの酢の物 味噌汁（ごぼう） 白い風船	ご飯 カレイのごま照り焼き 里芋の煮物 白菜のおかか和え 味噌汁（もやし） 抹茶まんじゅう
29	30					
ご飯 オムレツミートソースかけ もやしとニラのソテー ポテトサラダ コーンスープ オレンジゼリー	ご飯 チキンカツ 南瓜の煮物 ツナときのこのサラダ 味噌汁（豆腐） 田舎まんじゅう					