月間献立表

ｼｮｳ(A)

日付		08月01日(火)	08月02日(水)	08月03日(木)	08月04日(金)	08月05日(土)	08月06日(日)
朝		食パン ﾁｷﾝのﾊﾟﾝ粉焼き 付)ｸﾞﾘﾙ野菜 小松菜ｻﾗﾀﾞ ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん)	御飯 鮭の塩焼き 付)大根おろし ちくわとﾗﾝｶﾝ菜の和え物 みそ汁(さつま芋・大根葉)	黒糖食パン 野菜炒め 卵ｻﾗﾀﾞ いちごジャム フルーツ(メロン)	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め煮 ほうれん草のお浸し みそ汁(えのき・うずまき麸)	御飯 がんもと冬瓜の煮物 長芋とろろ みそ汁(玉葱・貝割)	御飯 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 みそ汁(もやし・水菜)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼		御飯 ぶりのバター醤油焼き 付)甘食人参・コーン 鶏肉と冬瓜の煮物 白滝たらこ和え みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	冷やし中華 焼き餃子 春菊のナムル ビタミンゼリー	コーンご飯 赤魚の七味焼き 付)なす 里芋と揚げの煮物 しろなのみぞれ和え みそ汁(なめこ・長葱)	【お誕生日献立】 赤飯 天ぷら盛り合わせ ゆかり塩) 茶碗蒸し ビーチムース お吸い物(てまり麸・貝割れ)	御飯 金目鯛の煮付け～おろしかけ 付)しろな 塩根のみそ炒め煮 キャベツの塩昆布和え かき玉汁(かぶ葉)	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋の煮物 ﾄﾏﾄとｷｬﾍﾞﾂの味噌ﾄﾞﾚかけ お吸物(とろろ・葱)
おやつ		おやつ(和のﾊﾟﾝｹｰｷ抹茶)	おやつ(どら焼きこしあん)	おやつ(いちごグレープ)	おやつ(吹雪饅頭)	【お誕生日おやつ】 ｽｲｰﾂｺﾚｸｼｮﾝ(スフレロール)	おやつ(ﾁｮｺﾚｰﾄ饅頭)
夕		御飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ なすの味噌田楽 煮物とえのきの和え物 浅漬け(かぶ)	御飯 パサの揚げ浸し 付)そら豆 大根きんぴら カリフラワーのゆかり和え 香の物(しば漬)	御飯 牛肉のしぐれ煮 ブロッコリーの炒め物 うぐいす豆 フルーツ缶(カクテル)	御飯 あじの照りだれ焼き 付)小松菜 かぶの煮物 野菜の甘酢漬け のり佃煮	御飯 鶏肉のパン粉焼き 付)ブロッコリー ﾗﾀﾄｩｲﾕ 二色和え かつおおかか	御飯 さばの香味焼き 付)ほうれん草 レバーとごぼうの旨煮 オクラのおかか和え 香の物(つぼ漬け)
日付	08月07日(月)	08月08日(火)	08月09日(水)	08月10日(木)	08月11日(金)	08月12日(土)	08月13日(日)
朝	御飯 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ カリフラワーのｻﾗﾀﾞ みそ汁(しろな・おつゆ麸)	食パン ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ 付)玉葱 ほうれん草のｻﾗﾀﾞ あんずジャム フルーツ缶(ミックス)	御飯 厚揚げの含め煮 ｷｬﾍﾞﾂとﾂﾅのｻﾗﾀﾞ みそ汁(白菜・しめじ)	ミルクロール ﾎﾟﾃﾄ 小松菜とえびのｻﾗﾀﾞ りんごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 みそ汁(姫菜・うずまき麸)	御飯 ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ 白菜のお浸し みそ汁(里芋・ねぎ)	御飯 ちくわの甘辛煮 小松菜の磯和え みそ汁(冬瓜・大根葉)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	御飯 ﾒﾙﾙｰｻのレモン蒸し あさりと冬瓜の煮物 かぼちゃサラダ みそ汁(青梗菜・長葱)	冷やしそば 夏野菜のかき揚げ 鶏肉と大根の煮物 いちごゼリー	【韓国風ランチ】 ビビンバ丼 なすとみょうがのナムル風 マンゴー杏仁 中華ｽｰﾌﾟ(冬瓜・豆苗)	御飯 ほっけの葱醤油焼き 付)さつま芋 うの花の炒り煮 春菊のうま塩和え お吸物(はんぺん・かぶ葉)	三色丼 じゃが芋の含め煮 ﾓﾊﾞ)カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(玉葱・大根葉)	御飯 パサの香味蒸し さつま芋のごま煮 コールスローサラダ みそ汁(卵・にら)	御飯 豚肉の梅みそ炒め もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ お吸い物(素麺・貝割れ)
おやつ	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(きみしぐれ)	おやつ(黒糖蒸しパン)	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(ﾄﾞｰﾑｹｰｷｶｽﾀｰﾄﾞ)	おやつ(和のﾊﾟﾝｹｰｷきなこ)
夕	御飯 豚肉のオイスター炒め 豆腐しゅうまい 白菜の菜風和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 かれいの生姜煮 付)長ねぎ もやしのソテー 焼菜のごま和え 茶福豆	御飯 千草焼き 知風あん) ひじきの煮物 青梗菜のお浸し 香の物(桜大根)	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 付)ブロッコリー ごぼうの甘辛炒め煮 オクラのポン酢和え 昆布佃煮	御飯 たらのフライ ソース) 付)キャベツ ほうれん草のバターソテー 野菜サラダ フルーツ缶(みかん)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース) 付)スナップエンドウ 五目豆腐 青梗菜としらすの和え物 香の物(赤しその実漬け)	御飯 赤魚の漬け焼き 付)ピーマン 豆腐揚げ甘酢あん もずく酢 うずら豆
日付	08月14日(月)	08月15日(火)	08月16日(水)	08月17日(木)	08月18日(金)	08月19日(土)	08月20日(日)
朝	御飯 肉豆腐 ｵｸﾗのお浸し みそ汁(白菜・うずまき麸)	バターロール ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ﾁﾝﾀﾞﾝ菜とﾂﾅのｻﾗﾀﾞ りんごジャム フルーチェ(ぶどう)	御飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(おつゆ麸・姫菜)	食パン お魚ソーセージと小松菜のソテー さつま芋のｻﾗﾀﾞ ママレードジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ)	御飯 大根とちくわの煮物 ｵｸﾗのなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝割)	御飯 にしんの梅煮 付)いんげん 青菜のわさび和え みそ汁(しめじ・かぶ葉)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)キャベツ かぶの煮物 ほうれん草の菜種和え みそ汁(椎茸・糸さや)	御飯 飯だらの照り焼き 付)いんげん 鶏肉とじゃが芋の煮物 浅漬け(大根) お吸物(若布・葱)	【郷土食　熊本県】 太平燕(ﾀｲﾋﾞｰｴﾝ)風 ひこずり メロンゼリー	御飯 ﾒﾙﾙｰｻの南蛮漬け 大豆とひじきの炒め物 ほうれん草のくるみ和え みそ汁(花麸・貝割れ)	(お好み食) かつ丼 二色和え フルーツ缶(洋梨) みそ汁(さつま芋・葱)	シーフードカレー ハムサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) 桃ヨーグルト ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｾﾛﾘｰ・ﾏｯｼｭﾙｰﾑ)	御飯 牛肉のにんにく醤油炒め 付)スナップエンドウ 里芋の煮物 カリフラワーの柚香和え みそ汁(若布・葱)
おやつ	おやつ(すんだどら焼き)	おやつ(バウムクーヘン)	おやつ(ドームケーキチョコ)	おやつ(抹茶ワッフル)	おやつ(小豆ムース)	おやつ(バニラクレープ)	おやつ(いちごクリームサンド)
夕	御飯 さばの煮付け 付)長葱 れんこんきんぴら煮 しろなのからしマヨ和え フルーツ缶(パイン)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め えびしゅうまい 中華和え しそ昆布佃煮	御飯 あじの味噌焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え かつおおかか	御飯 中華風卵焼き 中華あん) かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル フルーツ(キウイ)	御飯 たらの山椒焼き 付)甘酢生姜 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味 うぐいす豆	御飯 鶏肉のゆず醤油ソース ゆず醤油ソース) 付)ピーマン なすの含め煮 小松菜のごま和え 金山寺みそ	御飯 豆腐ハンバーグ テリヤキソース) 付)甘煮人参・コーン 冬瓜の生姜煮 青梗菜のお浸し 香の物(桜だいこん)
日付	08月21日(月)	08月22日(火)	08月23日(水)	08月24日(木)	08月25日(金)	08月26日(土)	08月27日(日)
朝	御飯 じゃが芋とﾂﾅの炒め物 温泉卵 みそ汁(しろな・おつゆ麸)	食パン 野菜炒め ほうれん草のｻﾗﾀﾞ ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴー)	御飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのくるみ和え みそ汁(しめじ・ﾜｶﾒ)	キャロットロール ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰ メイプルジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・油揚げ)	御飯 なすのそぼろ煮 冷奴 みそ汁(玉葱・えのき)	御飯 とりつくね 付)ｱｽﾊﾟﾗ ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ みそ汁(水菜・うずまき麸)
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	御飯 エビフライ・メンチカツ ソース) 付)キャベツ ブロッコリーサラダ フルーツ缶(みかん) みそ汁(玉葱・にら)	御飯 赤魚の煮付け 付)なす きんぴらごぼう煮 梅紋 みそ汁(かぶ・葉)	十五穀米ごはん 鶏肉の照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 菜の花の中華サラダ みそ汁(花麸・長葱)	御飯 さばの塩レモン焼き 付)大根おろし ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え みそ汁(玉葱・椎茸)	御飯 かれいの揚げ浸し 付)オクラ じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し お吸物(とろろ・葱)	御飯 ﾀﾝﾄﾞﾘｰﾁｷﾝ 付)ｲﾀﾘｱﾝﾐｯｸｽ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｺｰﾝのﾏﾖ炒め フルーツ缶(カクテル) コンソメスープ(小松菜・人参)	御飯 たらのしそ塩麹焼き 付)いんげん 冬瓜のかにあんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(玉葱・絹さや)
おやつ	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(水饅頭)	おやつ(ｽｲｽﾛｰﾙﾓｶ)	おやつ(バナナクレープ)	おやつ(かすてら饅頭)	おやつ(抹茶どら焼き)
夕	御飯 パサのみりん焼き 付)白菜 レバーとれんこんの旨煮 もやしのポン酢和え 香の物(沢庵)	御飯 豚肉のバター醤油炒め 大根とさつま揚げの煮物 姫菜のからし和え 金時豆	御飯 ベーコンのキッシュ クリーミートマトソース) 付)じゃが芋 あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ フルーツ缶(パイン)	御飯 パンパンジー かにしゅうまい 白菜サラダ 香の物(きゅうり漬)	御飯 ポークチャップ カリフラワーソテー 野菜サラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 ぶりの漬け焼き 付)スナップエンドウ かぶの洋風煮 しろなとえのきの和え物 香の物(つぼ漬け)	御飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ かつおおかか
日付	08月28日(月)	08月29日(火)	08月30日(水)	08月31日(木)			
朝	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋とろろ みそ汁(小松菜・えのき)	パンプキンロール ﾗﾀﾄｩｲﾕ いんげんのごまﾏﾖﾈｰｽﾞ和え いちごジャム フルーツ缶(みかん)	御飯 さつま揚げの炒め煮 青菜としらすの和え物 みそ汁(長葱・しめじ)	食パン ｱｽﾊﾟﾗとﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ 大根ｻﾗﾀﾞ あんずジャム フルーツ缶(ミックス)			
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
昼	中華飯 肉しゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 中華スープ(椎茸・大根葉)	【選択食】御飯 Aあじの大葉みそ焼き 日松風焼き 付)オクラ ほうれん草の煮浸し カリフラワーの甘酢漬け お吸い物(冬瓜・貝割れ)	御飯 チーズインハンバーグ ソース) 付)パスタ 小松菜とかにのﾆﾝﾆｸ炒め 青りんごゼリー コンソメスープ(若布・人参)	麦ご飯 赤魚のみりん焼き 付)甘酢生姜 じゃが芋のそぼろ煮 しろなのからし和え みそ汁(油揚げ・かぶ)			
おやつ	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(縁り切り)	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(ﾄﾞｰﾑｹｰｷこしあん)			
夕	御飯 ほきのチーズ焼き 付)ブロッコリー 牛肉とごぼうの旨煮 春菊のポン酢和え 香の物(しば漬け)	御飯 とんかつ ソース) 付)キャベツ じゃが芋のポトフ トマトサラダ フルーツ缶(白桃)	御飯 かれいの煮付け 付)人参・椎さや れんこんきんぴら煮 ブロッコリーサラダ 香の物(しその実漬け)	御飯 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜のナムル フルーツ缶(黄桃)			

特養　あそか園