

月間献立表

		シヨウ(A)						
日付		08月01日(木)	08月02日(金)	08月03日(土)	08月04日(日)			
朝		バターロール かにかま入りふんわり卵 小松菜サラダ 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 ちくわとワケシ菜の和え物 みそ汁(さつま芋・大根菜)	御飯 野菜炒め スパゲティサラダ みそ汁(しらな・しめじ)	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め煮 ほうれん草のごま醤油和え みそ汁(えのき・うずまき餃)			
10時								
昼		御飯 ぶりのバター醤油焼き 付)甘煮人参・コーン 鶏肉と冬瓜の煮物 豆腐サラダ みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	(お誕生日献立) 御飯 天ぷら盛り合わせ 抹茶塩 茶碗蒸し メロンフルーツ お吸い物(てまり懸・貝割れ)	コーンご飯 赤魚の塩麹焼き 付)なす 里芋のそぼろ煮 和菜のみぞれ和え みそ汁(なめこ・長葱)	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋の煮物 青豆とトマトのサラダ お吸い物(とろろ・葱)			
おやつ			おやつ(チョコレート模刻)	おやつ(抹茶だんご焼き)	おやつ(かすてら模刻)			
夕			御飯 豚肉の生焼き 付)キャベツ なすの味噌漬 和菜のゆかり和え 漬漬(かぶ)	御飯 パサの揚げ浸し 付)そと豆 大根きんぴら かりふらわーのゆかり和え のり佃煮	御飯 たららの照りだれ焼き 付)小松菜 なすの炒め物 きゅうりの塩昆布和え フルーツ缶(黄桃)			
日付		08月05日(月)	08月06日(火)	08月07日(水)	08月08日(木)	08月09日(金)	08月10日(土)	08月11日(日)
朝	御飯 がんと冬瓜の煮物 温泉卵 みそ汁(玉葱・貝割)	食パン 豆腐ハンバーグ 付)いんげん 青豆のサラダ いちごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 スクランブルエッグ かりふらわーのサラダ みそ汁(しらな・おつゆ餃)	ミルクロール ミートボール 付)玉葱 ほうれん草のサラダ あんずジャム フルーツ缶(みックス)	御飯 厚揚げの煮め煮 長芋ととろろ みそ汁(キャベツ・しめじ)	御飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜のゆかり和え みそ汁(もやし・わか)	御飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 みそ汁(長葱・うずまき餃)	御飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 みそ汁(長葱・うずまき餃)
10時								
昼	御飯 金目鯛の煮付け～おろしかけ 付)しらな 豚肉と豆苗のみそ煮 胡瓜と春雨の酢の物 かき玉汁	御飯 冷やしそば 夏野菜のかき揚げ 鶏肉とかぶの煮物 青梅ゼリー	御飯 メロンサのレモン蒸し あさり冬瓜の煮物 かぼちゃサラダ みそ汁(青梗菜・長葱)	御飯 黄金かいらい生焼き 付)いんげん もやしのスチー 和菜の信濃ごま和え みそ汁(じゃが芋・葱)	御飯 鶏肉の生焼き 付)キャベツ なすの味噌漬 和菜のゆかり和え 漬漬(かぶ)	(韓国風うどん) 御飯 ビビンバ丼 めばるの醤油油揚げ 付)さつま芋 うの花の炒り煮 中華スープ(冬瓜・椎茸)	御飯 めばるの醤油油揚げ 付)さつま芋 うの花の炒り煮 中華スープ(冬瓜・椎茸)	御飯 三色丼 じゃが芋の煮め煮 メロンサラダの甘酢漬 みそ汁(玉葱・大根菜)
おやつ	おやつ(シュークリーム)	おやつ(煎餅模刻)	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(芋んだら焼き)	おやつ(人形焼き)	おやつ(イチゴロールケーキ)	おやつ(イチゴロールケーキ)
夕	御飯 鶏肉のパン粉焼き 付)ブロッコリー ラウトウユ 二色和え かつおおほか	御飯 ほっけの煮じ焼き 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(つば漬)	御飯 豚肉のオイスター炒め かにしゅうまい 白豆のナムル マンゴープリン	御飯 お好み焼き風たまご焼き ソース 大根の煮物 野菜の漬漬 茶福豆	御飯 パサの甘酢あんかけ あん ひじきの煮物 青梗菜のお浸し あみえび佃煮	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 付)ブロッコリー ごぼうの甘酢炒め煮 オクラのポン酢和え しそ昆布佃煮	御飯 たららのフライ ソース 付)キャベツ ほうれん草のバターソース 野菜サラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 たららのフライ ソース 付)キャベツ ほうれん草のバターソース 野菜サラダ フルーツ缶(黄桃)
日付		08月12日(月)	08月13日(火)	08月14日(水)	08月15日(木)	08月16日(金)	08月17日(土)	08月18日(日)
朝	御飯 野菜炒め 二色和え みそ汁(里芋・ねぎ)	食パン チキンのパン粉焼き 付)玉葱 小松菜のゆず醤油和え フルーツジャム フルーツ缶(メロン)	御飯 肉豆腐 ワケシ菜のおかか和え みそ汁(白菜・うずまき餃)	黒糖ロール スクランブルエッグ オクラとワケシ菜のサラダ りんごジャム フルーツ缶(ぶどう)	御飯 がんと煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(おつゆ餃・和菜)	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のゆかり和え みそ汁(さつま芋・えのき)	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のゆかり和え みそ汁(さつま芋・えのき)	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(キャベツ・わか)
10時								
昼	わかめごはん パサの香味蒸し コーンスープサラダ フルーツ缶(みかん) みそ汁(卵・にら)	御飯 鶏肉の梅みそ焼き もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ お吸い物(茶葉・貝割れ)	御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)キャベツ 鶏肉とじゃが芋の煮物 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(椎茸・梅さや)	御飯 鶏だらの照り焼き 付)いんげん 鶏肉とじゃが芋の煮物 漬漬(大根) お吸い物(茗荷・葱)	御飯 お好み焼き風たまご焼き ソース 大根の煮物 野菜の漬漬 茶福豆	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー かまぼこほうれん草の炒め物 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー かまぼこほうれん草の炒め物 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー かまぼこほうれん草の炒め物 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)
おやつ	おやつ(カステラ)	おやつ(豆乳焼きトナリ)	おやつ(カステラケーキ)	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)
夕	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 青梗菜とらすの和え物 香の物(赤しその漬漬)	御飯 ほっけの漬け焼き 付)ピーマン なすの焼き漬 もずくと胡瓜の酢の物 うずら豆	御飯 さばの煮付け 付)長葱 長芋のたらこ炒め しらなのからしマヨ和え 香の物(沢庵)	御飯 鶏肉と野菜の中華炒め えびしゅうまい 中華和え フルーツ(キウイ)	御飯 ますの味噌焼き 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 フルーツ缶(白桃)	御飯 ますの味噌焼き 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 フルーツ缶(白桃)	御飯 ますの味噌焼き 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 フルーツ缶(白桃)	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)甘酢生煮 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の塩昆布和え 香の物(しば漬)
日付		08月19日(月)	08月20日(火)	08月21日(水)	08月22日(木)	08月23日(金)	08月24日(土)	08月25日(日)
朝	御飯 だし巻き卵 付)大根おろし ワケシ菜のゆかり和え みそ汁(豆腐・大根菜)	食パン はんぺんチーズの焼き 付)いんげん 小松菜のごまドレッシング和え ママレードジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 じゃが芋とワケシ菜の炒め物 温泉卵 みそ汁(しらな・おつゆ餃)	キャロットロール オムレツ ほうれん草のサラダ 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 いんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・わか)	御飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・わか)	御飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・わか)	御飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・わか)
10時								
昼	シーフードカレー ハムサラダ 香の物(漬漬・らっきょう) いちごフルーツ コンソメスープ(菜の花・長ねぎ)	御飯 牛肉のんにく醤油炒め 付)スナップエンドウ 里芋の煮物 かりふらわーのサラダ みそ汁(茗荷・ねぎ)	御飯 さばの煮付け 付)長葱 長芋のたらこ炒め しらなのからしマヨ和え 香の物(沢庵)	御飯 冷やし中華 海鮮焼き B蒸し鶏の胡麻ペース ぶどうゼリー	御飯 お好み焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 お好み焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 お好み焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 お好み焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)
おやつ	おやつ(どら焼きこしあん)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(いちごクレープ)	おやつ(ココアムース)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)
夕	御飯 鶏肉のゆず醤油ソース ゆず醤油ソース 付)ピーマン なすの煮め煮 青梗菜のピーナツ和え たいみそ	御飯 豆腐ハンバーグ フリヤキソース 付)甘煮人参・コーン 冬瓜の生焼き 青梗菜のゆず和え 香の物(桜だんご)	御飯 カレーチキン 付)キャベツ 炒り鶏 ブロッコリーサラダ 香の物(青しその漬漬)	御飯 ポークステーキ 付)ピーマン 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 さわかきの照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 菜の花の中華サラダ 香の物(しば漬)	御飯 さわかきの照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 菜の花の中華サラダ 香の物(しば漬)	御飯 さわかきの照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 菜の花の中華サラダ 香の物(しば漬)	御飯 さわかきの照り焼き 付)玉葱 冬瓜の煮物 菜の花の中華サラダ 香の物(しば漬)
日付		08月26日(月)	08月27日(火)	08月28日(水)	08月29日(木)	08月30日(金)	08月31日(土)	
朝	御飯 なすのそぼろ煮 冷奴 みそ汁(玉葱・大根菜)	食パン チキンと卵 付)いんげん ワケシ菜のゆかり和え いちごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋ととろろ みそ汁(小松菜・えのき)	コーヒーロール ラウトウユ ほうれん草としめじのサラダ りんごジャム フルーツ缶(みかん)	御飯 だし巻き卵 付)茶福豆 青梗菜の和え物 みそ汁(長葱・油揚げ)	御飯 炒り豆腐 白菜のお浸し みそ汁(かぶ・大根菜)	御飯 炒り豆腐 白菜のお浸し みそ汁(かぶ・大根菜)	御飯 炒り豆腐 白菜のお浸し みそ汁(かぶ・大根菜)
10時								
昼	十五穀菜ごはん タンダーチキン 付)ブロッコリー かぶの洋風煮 カルピスポンチ パンケーキスムープ	御飯 たららのしそ塩焼き 付)しゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 冬瓜のかにあんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(なめこ・梅さや)	御飯 肉しゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 中華スープ(しめじ・大根菜)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)キャベツ 大根とさつま揚げの煮物 和菜のゆかり和え 漬漬(大根)
おやつ	おやつ(黒糖模刻)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	おやつ(和のパンケーキ)	
夕	御飯 あじの漬け焼き 付)スナップエンドウ 里芋とがんと煮め煮 しらなとえのきの和え物 香の物(しば漬)	御飯 チーズハンバーグオムライス 付)カリフラワー 野菜ソース キャロットサラダ かつおおほか	御飯 ほきのマスタード焼き 付)ブロッコリー 牛肉とごぼうの旨煮 なすのみよが和え 香の物(しば漬)	御飯 チキンカツ ソース 付)キャベツ かりふらわーのポトフ トマトサラダ フルーツ缶(パイナップル)	御飯 黄金かいらいの煮付け 付)人参・梅さや れんごきんぴら和え ブロッコリーサラダ 香の物(しば漬)	御飯 黄金かいらいの煮付け 付)人参・梅さや れんごきんぴら和え ブロッコリーサラダ 香の物(しば漬)	御飯 黄金かいらいの煮付け 付)人参・梅さや れんごきんぴら和え ブロッコリーサラダ 香の物(しば漬)	御飯 黄金かいらいの煮付け 付)人参・梅さや れんごきんぴら和え ブロッコリーサラダ 香の物(しば漬)