

8月27日(月)～9月9日(日)の献立表

	8月27日(月)	8月28日(火)	8月29日(水)	8月30日(木)	8月31日(金)	9月1日(土)	9月2日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) ひじきの五色煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、エノキ) 炒り豆腐 お浸し 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 豆モヤシの煮物 おろしのなめこかけ 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 (なす・みょうが) きんぴらゴボウ とろろオクラ 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (茄子、油麩) 切り昆布の煮しめ 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、エノキ) カブとひき肉の吉野煮 おろし添え 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 切り干し大根の煮付け 納豆 漬け物 ヤクルト
昼 食	焼きそば わかめスープ キュウリのサラダ 果物(ブドウ)	ご飯 味噌汁 (ジャガイモ・わかめ) 白身魚のフライ スパゲティサラダ 白菜の昆布茶漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 卵のスープ 酢豚 二色浸し 漬け物(ザーサイ) 果物(スイカ)	ちぎり梅とじゃこの混ぜごはん 味噌汁 (わかめ、エノキダケ) ツボ鯛の塩焼き ゴーヤの豆腐炒め 胡瓜の土佐漬け 果物(オレンジ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三 ハamburger ポテトサラダ 即席漬け(大根、白菜) 果物(グレープフルーツ)	おにぎり 味噌汁 (なす・みょうが) 肉じゃが お浸し(シメジ、法蓮草) 果物(オレンジ)	ツナのサンドイッチ チョココロネ わかめスープ ハムエッグ サラダ(トマト) 果物(キュウイフルーツ) 果物(グレープフルーツ)
夕 食	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) さわら西京焼き 大豆の炒め物 漬け物	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 鶏と根菜の煮物 青のりの酢の物 漬け物	ご飯 味噌汁 (ワカメ、豆腐、三つ葉) 秋刀魚の香味煮 なすと挽肉の炒め物 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 豚肉のくわ焼き ところてん 漬け物	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) カレイの生姜煮 五菜金平 漬け物	ご飯 味噌汁 (大根、油麩) 鶏味噌だれ焼き コールスロー 漬け物	ご飯 なめこ豚汁 かつおのしぐれ煮 大根と油揚げの薄味煮 漬け物

	9月3日(月)	9月4日(火)	9月5日(水)	9月6日(木)	9月7日(金)	9月8日(土)	9月9日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 蓮根金平 ナメコおろし和え イカ塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのきだけ) 繊切り野菜のソテー とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 大豆の炒め物 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 五目豆 さつまいもの甘煮 子持ちめかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) なすとピーマンの味噌炒め おろし添え(さつま揚げ) 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 油麩の煮物 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、ワカメ) キャベツのツナ煮 納豆 漬け物 ヤクルト
昼 食	ご飯 かき卵汁 鯖の味噌煮 野菜の炊き合わせ 即席漬け 果物(メロン)	ご飯 中華風コーンスープ 八宝菜 お浸し 漬け物(ザーサイ) 果物(ブドウ)	舞茸御飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) ブリの照り焼き くるみ入り白和え 即席漬け(キュウリ、カブ) 果物(梨)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 鶏の梅風味唐揚げ ポテトサラダ 野沢菜じゃこ 果物(オレンジ)	ご飯 なめこ豚汁 かじき鮭の甘露煮 とうがんの油炒め キャベツゆかり漬け 果物(スイカ)	カレーライス 野菜スープ サラダ(人参ソース) 果物(グレープフルーツ)	卵のサンドイッチ あんパン わかめスープ 鱈のムニエル ジャーマンポテト 果物(オレンジ) 果物(バナナ)
夕 食	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、油揚げ) 豚肉のみそ漬け焼き 二色浸し(青菜、白菜) 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 赤魚の煮付け 春雨炒め 漬け物	ご飯 味噌汁 (じゃがいも、小松菜) 鶏の照り焼き 茄子の味噌煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (ジャガイモ・わかめ) 焼き魚(ほっけ) 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 (なす・みょうが) 蒸し鶏 カボチャの甘煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 甘塩鮭焼き ごぼうひじき煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 豚肉の煮込み お浸し(小松菜) 漬け物