

8月12日（月）～8月25日（日）の献立表

	8月12日（月）	8月13日（火）	8月14日（水）	8月15日（木）	8月16日（金）	8月17日（土）	8月18日（日）
朝食	ご飯 味噌汁 （大根、油揚げ） 織切り野菜のソテー とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （小松菜、えのきだけ） 大根のそぼろ煮 納豆 紫蘇あんず 牛乳	ご飯 味噌汁 （なす・みょうが） 切り昆布の煮しめ 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （卵、玉葱） 切り干し大根の煮付け 小松菜のお浸し イカ塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） ひじきの五色煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （なす・みょうが） 豆モヤシの煮物 おろしのなめこかけ 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） 変わり金平 納豆 漬け物 ヤクルト
昼食	ご飯 そうめん汁 チャーシューと煮卵 中華風和え 漬け物（たくあん） 果物（オレンジ）	ご飯 塩豚汁 さわら西京焼き 金銀豆腐 きんぴらゴボウ 果物（グレープフルーツ）	鶏の照り焼き丼 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） モヤシの梅ごま和え さつまいものレモン煮 果物（スイカ）	ご飯 きのこ汁 エビとホタテのフライ つきこんにゃくの炒り煮 漬け物（たくあん） 果物（グレープフルーツ）	ご飯 わかめスープ 豚肉のチンジャオロースウ 二色辛和え 漬け物（ザーサイ） 杏仁豆腐	冷やし中華 わかめスープ 和風茄子の揚げ煮 果物（スイカ）	卵のサンドイッチ さつまいもパン コンソメスープ 鶏肉のグラタン スパゲティサラダ 果物（オレンジ） 牛乳
夕食	ご飯 味噌汁 （茄子、油麴） 秋刀魚のみりん焼き 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 （キャベツ、油揚げ） 鶏の醤油煮 春雨サラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 （大根、油揚げ） カレーの生姜煮 和風マーボー豆腐 漬け物	ご飯 味噌汁 （なす・みょうが） 牛しゃぶ カボチャの甘煮 漬け物	ご飯 味噌汁 （キャベツ、えのきだけ） かつおのしぐれ煮 ごぼうの炒めなます 漬け物	ご飯 味噌汁 （青菜、えのきだけ） 豚肉の生姜焼き コールスロー 漬け物	ご飯 味噌汁 （ナス、油揚げ） つば鯛のみりん焼き 春雨炒め 漬け物

	8月19日（月）	8月20日（火）	8月21日（水）	8月22日（木）	8月23日（金）	8月24日（土）	8月25日（日）
朝食	ご飯 味噌汁 （キャベツ、油麴） 五目豆 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） キャベツ炒め煮 とろろ芋 煮豆 牛乳	ご飯 味噌汁 （わかめ、エノキダケ） 青菜のソテー 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （小松菜、えのきだけ） ナス炒り 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） 油麴の煮物 おろしのなめこかけ こうなご佃煮 牛乳	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） さつま揚げおろし添え 金平ごぼう 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） なすとピーマンの味噌炒め 納豆 紫蘇あんず ヤクルト
昼食	ご飯 味噌汁 （なめこ、青菜） 魚の竜田揚げか さんまの紫蘇巻き揚げ 冬瓜とオクラの冷やし鉢 切り干し大根のしのだ煮 果物（オレンジ）	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） 和風ハンバーグ ブロッコリーのチーズ焼き いんげんの胡麻和え 果物（スイカ）	ちぎり梅とじゃこの混ぜ御 山菜うー麺汁 鮭の粕漬け焼き 茄子の田楽 即席漬け 果物（オレンジ）	ご飯 野菜スープ 蒸し鶏 ポークビーンズ 洋風お浸し 果物（スイカ）	ひじき御飯 かき卵汁 鯖の塩焼き 白和え 漬け物（たくあん） 果物（グレープフルーツ）	冷やしたぬき蕎麦 揚げ出し豆腐 小松菜の磯辺和え 果物（ブドウ）	ツナのサンドイッチ アンパン わかめスープ 白身魚のトマトソース 五色サラダ 果物（オレンジ） 牛乳
夕食	ご飯 味噌汁 （大根、油揚げ） 鶏のレモン醤油焼き サラダ 漬け物	ご飯 塩豚汁 赤魚の煮付け ナスの冷菜 漬け物	ご飯 味噌汁 （なす・みょうが） 鶏の味噌煮 トマトサラダ 漬け物	ご飯 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） ほっけ焼き 道楽炒め 漬け物	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） 牛肉のしぐれ煮 お浸し 漬け物	ご飯 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） ブリの照り焼き 煮しめ 漬け物	ご飯 味噌汁 （大根、油揚げ） 肉じゃが おひたし 漬け物