

週間予定献立表 (7～8月)

	30日(月)	31日(火)	8/1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 青菜のバター炒め 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツの炒め煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 油麩の煮物 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 青梗菜の炒め物 おろしのなめこかけ 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ちぎり梅とじゃこの混ぜご飯 すまし汁 鯖の塩焼き 茄子の田楽 長芋の酢物 果物	ご飯 味噌汁 豚肉のピカタ 野菜サラダ 即席漬け 果物	ご飯 なめこ豚汁 うなぎ蒲焼 炊き合わせ 香の物 果物 	ご飯 味噌汁 チキンカツ 夏野菜の煮込み 香の物 果物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) 肉じゃが 酢の物 果物	冷やし中華 ナムル 揚げ茄子の肉味噌かけ 果物	菓子パン コンソメスープ ムニエル野菜ソース ポテトサラダ フルーツポンチ
夕	ご飯 味噌汁 牛肉と大根の甘辛煮 二色浸し 香の物	ご飯 豚汁 魚のしぐれ煮 南瓜の甘煮 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 ナムル 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 回鍋肉 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鯖の西京焼き 大豆の炒め物 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き コールスロー 香の物

週間予定献立表 (8月)

	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 おろし和え 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 茄子の味噌煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 おから炒り とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮しめ 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 そうめん汁 チキン南蛮 ナムル 香の物 果物	ご飯 味噌汁 エビフライ マカロニサラダ 香の物 果物 	豚丼 すまし汁 もやしの胡麻和え 即席漬け 果物	ご飯 塩豚汁 かじきの西京焼き 冬瓜と蟹カマのオクラあん 即席漬け 果物	ご飯 野菜スープ おろしハンバーグ グリーンサラダ 香の物 果物	冷やしたぬきそば ずんだ和え 南瓜のそぼろ煮 果物	菓子パン キノコスープ 鶏肉のピカタ 五色サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 秋刀魚の香味煮 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 豚しゃぶ風 薩摩芋の甘煮 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(ホッケ) 炒めなます 香の物	ご飯 味噌汁 豚の味噌煮 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鰯の味噌焼き 春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 鶏の醤油煮 カレー炒め 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚(赤魚) 豆腐のチャンプルー 香の物