8月週間献立表

★：厨房炊飯

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					ご飯 味噌汁 厚揚げとじゃこの炒め物 小松菜ののおかか和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツのごま醤油ソテー フレンチサラダ 漬物 ヤクルト	ご飯 味噌汁 魚肉ソーセージの炒め物 人参のピーナッツサラダ 漬物 牛乳
昼食					ご飯 すまし汁 サバの味噌煮 赤ピーマンとあさりの塩炒め 大根の梅和え	★冷やし中華 ぎょうざ 鶏ささみとインゲンの胡麻和え 杏仁ムース 	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグきのこあんかけ ごぼうとさつまいもの炒り煮 ほうれん草の辛子和え
夕食					ご飯 コンソメスープ ポークケチャップ エリンギのバターソテー	ご飯 味噌汁 つみれと里芋の煮物 かぶのなめ茸和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが オクラの和え物
3時					和のパンケーキ（抹茶）	ワッフル（カスタード）	チョコパン
					ｴﾈﾙｷﾞｰ 1549kcal 蛋白質 50.6g 食塩 7.2g 脂質 42.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1538kcal 蛋白質 50.1g 食塩 8.7g 脂質 34.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1591kcal 蛋白質 50.6g 食塩 7.3g 脂質 38.3g
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ご飯 味噌汁 ちくわの生姜煮 青菜の土佐和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げとほうれん草の炒り煮 ツナサラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 かまぼこの卵とじ 水菜の青じそ和え 漬物 ヤクルト	ご飯 味噌汁 ソーセージソテー 春菊のイタリアンサラダ 漬物 コーヒー牛乳 	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ゆかり納豆 牛乳 	ご飯 味噌汁 里芋とつみれの煮物 かぶの和え物 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 はんぺんと冬瓜の煮物 煮豆 牛乳
昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏のクリームソースがけ アスパラのソテー マカロニサラダ	土用の丑の日 鰻丼 すまし汁 切干大根の煮物 浅漬け 	ハヤシライス ポテトサラダ カスタードプリン 	ご飯 味噌汁 牛肉コロッケ カニクリーミーコロッケ きゅうりの塩昆布和え 黄桃	★なすのトマトパスタ コンソメスープ ブロッコリーサラダ メロンムース 	ご飯 味噌汁 から揚げ ひじきの炒り煮 トマトのさっぱり和え	ご飯 味噌汁 ホキのみぞれあんかけ 南瓜のいとこ煮 白菜のごま和え
夕食	ご飯 すまし汁 ホッケの味噌焼き 玉ねぎの和え物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 モロヘイヤの和風サラダ	ご飯 味噌汁 鰆の野菜あんかけ オクラのゆずサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のチーズ照り焼き にんじんの油炒め	ご飯 味噌汁 カレイのカレーマヨ焼き 蓮根の和風炒め	ご飯 味噌汁 高野豆腐の柳川風 菜花の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉の生姜炒め 小松菜の和え物
3時	抹茶ゼリーあんみつ	白ようかん	オレンジケーキ	星たべよ	まんじゅう（白）	レモンロールケーキ	バウムクーヘン
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1544kcal 蛋白質 51.6g 食塩 6.8g 脂質 33.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1596kcal 蛋白質 56.5g 食塩 7.6g 脂質 38.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1534kcal 蛋白質 50.4g 食塩 6.5g 脂質 38.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1599kcal 蛋白質 50.9g 食塩 6.6g 脂質 44.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1570kcal 蛋白質 50.2g 食塩 7g 脂質 43.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1591kcal 蛋白質 61.6g 食塩 7.2g 脂質 36.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1586kcal 蛋白質 52.2g 食塩 6.9g 脂質 33g

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。

8月週間献立表

★：厨房炊飯

	日	月	火	水	木	金	土
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ご飯 味噌汁 ハムと野菜のケチャップ炒め ニンジンサラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 ベーコンと赤ピーマンの炒め物 しらす納豆 ヤクルト	ご飯 味噌汁 ウインナーの炒め物 カリフラワーサラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 はんぺんの含め煮 煮豆 ジョア	ご飯 味噌汁 さつま揚げと春雨の炒め煮 白菜のポン酢和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆と大根の煮物 ブロッコリーのゆかり和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 がんもと里芋の炊き合わせ アスパラの和風和え 漬物 牛乳
昼食	山の日 ★冷やし月見とろろそば とり天 ほうれん草のわさび和え	ご飯 コンソメスープ タラのタルタルソース焼き マカロニソテー チョコレートババロア	ご飯 中華スープ プルコギ 青梗菜サラダ ぶどう	夏野菜カレー コーンサラダ すいか 薬味	ご飯 中華スープ アジの中華あんかけ 棒棒鶏 マンゴープリン	夏祭り ★焼きそば わかめスープ たこ焼き じゃがバター フルーツカクテル	ご飯 中華スープ エビ団子のチリソース煮 ピーマンの中華炒め もやしときゅうりのナムル
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉の韓国風炒め かぶのゴマドレ和え	ご飯 味噌汁 鶏の治部煮 ひじきの和風サラダ	ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ きゅうりとわかめの生姜和え	ご飯 味噌汁 ブリ大根 水菜の青じそ和え	ご飯 味噌汁 筑前煮 青菜のさくらえび炒め	ご飯 味噌汁 豆腐のチャンプルー ツナのごま酢和え	ご飯 味噌汁 豚野菜炒め モロヘイヤの梅和え
3時	冷やしぜんざい	メープルケーキ	どらやき	ぽたぽた焼き	黒糖ロールケーキ	チョコバナナ	練乳あずきプリン
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1582kcal 蛋白質 63.1g 食塩 7.9g 脂質 39.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1593kcal 蛋白質 55.1g 食塩 5.2g 脂質 47.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1562kcal 蛋白質 51g 食塩 6.5g 脂質 38.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1571kcal 蛋白質 54.5g 食塩 7.1g 脂質 27.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1559kcal 蛋白質 51.4g 食塩 6.9g 脂質 36.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1594kcal 蛋白質 44.5g 食塩 6.7g 脂質 34.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1537kcal 蛋白質 51.3g 食塩 7.4g 脂質 38.5g
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	ご飯 味噌汁 ポトフ ブロッコリーのポン酢和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 車麩と野菜の煮物 水菜のわさび醤油 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 小松菜の炒り煮 煮豆 ジョア	ご飯 味噌汁 魚肉ソーセージの和風炒め かぼちゃのごまドレサラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 つみれと野菜の煮物 ほうれん草のとろろ和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 青梗菜のごま醤油炒め 土佐納豆 ヤクルト	ご飯 味噌汁 小松菜の炒め物 カリフラワーのフレンチサラダ 漬物 牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 厚揚げの肉みそがけ 茄子と赤ピーマンの炒め物 大根とオクラの柚子サラダ	ご飯 中華スープ 油淋鶏 白菜の中華炒め オレンジムース	ご飯 すまし汁 鱈の利久焼き じゃがいもの煮物 パイン	ご飯 味噌汁 豚の生姜焼き 茄子の煮びたし 油揚げの辛子和え	ご飯 味噌汁 鯖の竜田揚げ ハムと赤ピーマンの炒め物 浅漬け	ご飯 ビシソワーズ 鰆のトマトソースがけ いんげんのたらこソテー いちごフルーチェ	焼肉丼 味噌汁 きゅうりの梅サラダ 青りんごゼリー
夕食	ご飯 コンソメスープ 煮込みハンバーグ コールスローサラダ	ご飯 味噌汁 エビと野菜の卵とじ 菜花の白和え	ご飯 味噌汁 鶏肉とピーマンのにんにく炒め アスパラとカニカマの和え物	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 里芋の煮物	ご飯 コンソメスープ 豚肉のバーベキューソテー キャロットサラダ	ご飯 中華スープ 豆腐と蒸し鶏のうま煮 菜花のピーナッツ和え	ご飯 味噌汁 赤魚の塩麹漬け 白菜の青じそ和え
3時	雪の宿	羊羹カステラ	チョコバウムクーヘン	黒ゴマプリン	人形焼	ハッピーターン	紅茶ケーキ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1579kcal 蛋白質 52.3g 食塩 7.6g 脂質 47g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1552kcal 蛋白質 50g 食塩 7.3g 脂質 36g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1529kcal 蛋白質 50.4g 食塩 6g 脂質 24.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1581kcal 蛋白質 50.1g 食塩 7g 脂質 43.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1525kcal 蛋白質 50.4g 食塩 7.4g 脂質 37.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1537kcal 蛋白質 53.6g 食塩 6.2g 脂質 34.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1578kcal 蛋白質 50.2g 食塩 7g 脂質 43.2g

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。

8月週間献立表

★：厨房炊飯

	日	月	火	水	木	金	土
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ご飯 味噌汁 五目豆 もやしの酢の物 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 ハムとじゃが芋の炒め物 春菊のポン酢和え 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 菜花の和風サラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 さつま揚げとなすの甘辛煮 カニカマサラダ 漬物 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げと野菜の生姜煮 辛子納豆 ヤクルト	ご飯 味噌汁 春菊と根菜の煮もの キャベツのわさび和え 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 さつま揚げとインゲンの煮物 煮豆 牛乳
昼食	ご飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 中華サラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ホキの明太マヨ焼き アスパラの和風炒め きゅうりの梅じそ和え	ポークカレー オムレツ フレンチサラダ 柚子ムース	ご飯 味噌汁 鶏唐のネギおろしかけ れんこんの煮物 浅漬け	★サンドイッチ （ツナサラダ、ベリー） コーンスープ エビフライ トマトサラダ	ご飯 味噌汁 ゴーヤーチャンプルー ごぼうと竹輪の煮物 りんご	ご飯 コンソメスープ ロールキャベツのトマト煮込み ポパイサラダ コーヒーゼリー
夕食	ご飯 すまし汁 鮭のちゃんちゃん焼き ごぼうと白滝の炒り煮	ご飯 味噌汁 親子煮 にんじんのきんぴら	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き ほうれんそうのお浸し	ご飯 味噌汁 アジの中華焼き かぶの塩炒め	ご飯 味噌汁 鶏肉のガーリック醤油焼き 大根の塩こんぶ和え	ご飯 すまし汁 カレイの柚子味噌焼き 小松菜のサラダ	ご飯 味噌汁 豚と野菜のオイスター炒め かぼちゃの煮物
3時	まんじゅう（黒糖）	ミルクロールケーキ	たい焼き	味しらべ	ほうじ茶プリン	抹茶ようかん	シフォンケーキ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1530kcal 蛋白質 54.5g 食塩 7.1g 脂質 31.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1568kcal 蛋白質 54.2g 食塩 7.5g 脂質 41.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1526kcal 蛋白質 50.9g 食塩 6.6g 脂質 31.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1524kcal 蛋白質 58.5g 食塩 7.4g 脂質 37.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1577kcal 蛋白質 50.8g 食塩 6.9g 脂質 50.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1527kcal 蛋白質 57.6g 食塩 6.8g 脂質 26.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1596kcal 蛋白質 52.7g 食塩 7g 脂質 30.6g
朝食							
昼食							
夕食							
3時							

※仕入れの都合上、献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。