

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		キヤロット食パン ベーコン 付)小松菜のザー ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん) コーヒー牛乳	御飯 鮭の塩焼き 付)オクラ ちくわとアノシの炒め物 みそ汁(さつま芋・貝割) 牛乳	御飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(煙草・わか) 牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(えのき・うずまき麩) 牛乳	
昼		御飯 めだいのバター醤油焼き 付)甘煮人参・コーン 牛肉と冬瓜の煮物 めかぶ みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩)	御飯 赤飯 天ぷら盛り合わせ 付)おろし 茶碗蒸し フルーツ(キウイ) お吸い物(花魁・貝割れ)	御飯 とろろからの塩麹焼き 付)いんげん 里芋の煮物 しろなごま和え みそ汁(なめこ・長葱)	海老ピラフ クリームコロッケ ソース 付)キャベツ マカロニサラダ コンソメスープ(マッシュルーム・大根葉)	
おやつ			手作りおやつ(ピーチムース)	おやつ(赤豆どうろース)	【お誕生日おやつ】 おやつ(抹茶ロールケーキ)	
夕		御飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ なすの揚げ浸し 青菜とえのきの和え物 香の物(きゅうり漬)	御飯 八宝菜 豆腐しゅうまい 中華サラダ のり佃煮	御飯 牛肉のしぐれ煮 ブロッコリーの炒め物 香の物(つぼ漬け) フルーツ缶(カクテル)	御飯 あじの漬焼 付)小松菜 かぶの煮物 野菜の甘酢漬け フルーツ缶(洋梨)	
日付		08月05日(月)	08月06日(火)	08月07日(水)	08月08日(木)	
朝	御飯 がんと冬瓜の煮物 長芋とろろ みそ汁(玉葱・貝割) 牛乳	黒糖ロール チキンとホウダイのカレー風味 青菜のサラダ いちごジャム フルーツ缶(りんご) 牛乳	御飯 アスパラとカニカマの頭とじ かりふらのマヨネーズ和え みそ汁(おつゆ麩・しろな) 牛乳	トマト食パン ウインナーとほうれん草のザー 玉葱サラダ りんごジャム フルーツ缶(黄桃) コーヒー牛乳	御飯 豆腐の含め煮 キハツとツナのサラダ みそ汁(白菜・椎茸) 牛乳	御飯 えびと冬瓜の煮物 小松菜の和え物 みそ汁(やし・わか) 牛乳
昼	御飯 かれいのおろし煮 付)長葱・花魁 豚肉と蓮根のみそ炒め 二色和え かき玉汁	御飯 豚肉のボン酢炒め さつま芋の煮物 オクラのおかか和え お吸い物(とろろ・葱)	御飯 めめけのみりん焼き 付)甘酢生薑 じゃが芋の含め煮 小松菜のピーナツ和え みそ汁(油揚げ・茗荷)	冷やち福庭うどん 夏野菜のかき揚げ 鶏肉と大根の煮物 いちごムース	御飯 焼き肉 付)玉葱 かにかしゅうまい 春雨の中華和え みそ汁(じゃが芋・葱)	十五穀米ご飯 めだいの蒸醤油焼き 付)しらす なすとピーマンの炒め物 きゅうりのゆかり和え お吸い物(はんぺん・豆苗)
おやつ	おやつ(焼き芋コトナ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(今川焼&スター)	おやつ(スイートルパン)	おやつ(オレンジジュース)	
夕	御飯 鶏肉のチーズ焼き 付)スナップエンドウ ラウトウユ あみえび佃煮 フルーツ缶(みかん)	御飯 さばの香味焼き 付)スナップエンドウ レバーとごぼうの旨煮 香の物(腎しその実漬け) フルーツ缶(バナナ)	御飯 豚肉の味噌炒め あさりとうんちゅう ブロッコリーのさっぱりサラダ かつおおおかか	御飯 ぶりの生蒸煮 付)なす もやしのソテー 煙草のわさび和え 茶福豆	御飯 千草焼き 和風あん ひじきの煮物 青菜のお浸し 梅干し	御飯 鶏肉のハンニーマスタード焼き 付)ブロッコリー ごぼうの甘酢炒め オクラのつぼ和え フルーツ缶(カクテル)
日付		08月12日(月)	08月13日(火)	08月14日(水)	08月15日(木)	
朝	御飯 ウインナー キャブ 付)野菜炒め 白菜のおかか和え みそ汁(さつま芋・ねぎ) 牛乳	レースンロール ふんわりたまご 大根サラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(マンゴー) 牛乳	御飯 肉豆腐 ほうれん草のお浸し みそ汁(白菜・オクラ) 牛乳	経年食パン スタンプエッグ 付)アスパラ りんごジャム フルーツ缶(みかん) コーヒー牛乳	御飯 五目がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(おつゆ麩・煙草) 牛乳	御飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜のお浸し みそ汁(里芋・えのき) 牛乳
昼	御飯 白身魚のフライ ソース 付)キャベツ じゃが芋の洋風煮 えびと野菜のさっぱり漬 たまごスープ(大根の葉)	煮ご飯 牛肉の梅みそ炒め 付)煙草 もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ お吸い物(葉巻・貝割れ)	【郷土食 愛媛県】 焼豚玉子飯 いもたまご みかんゼリー もずくのスープ(蒲鉾・葱)	御飯 さわらの西京焼き 付)いんげん あさりとじゃが芋の煮物 大根と胡瓜の浅漬け お吸い物(茗荷・葱)	御飯 豚ロースのトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー なるとほうれん草の炒め物 マカロニサラダ コンソメスープ(冬瓜・コーン)	御飯 あじの焼き南蛮漬け梅風味 ひじきと大豆の煮物 香にフルーツ 中華スープ(しろな・貝割れ)
おやつ	手作りおやつ(ゆずのムース)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(抹茶のパンケーキ)	おやつ(バナナクレープ)	おやつ(野菜生活ヘルシー)	
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 うの花 いんげんの白ごま和え うめびしお	御飯 赤魚の照り焼き 付)アスパラ れんこんきんぴら もずく酢 カルピスポンチ	御飯 費金がれの煮付け 付)長葱 れんこんきんぴら しろ菜のからし和え のり佃煮	御飯 鶏肉と野菜の中華炒め ほうれん草入り海老焼売 中華和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 めめけの漬け焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の炒め煮 キャベツのすきと和え かつおおおかか	御飯 中華風卵焼き 中華あん かぼちゃの煮物 背梗菜のナムル 香の物(赤しその実漬け)
日付		08月19日(月)	08月20日(火)	08月21日(水)	08月22日(木)	
朝	御飯 だし巻き卵 付)大根おろし わかめのなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝割) 牛乳	バターロール 野菜のミートソース煮 いんげんのマヨネーズ和え りんごジャム フルーツ缶(マンゴー) 牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(しろな・おつゆ麩) 牛乳	ミルクロール クリームシュー 豆たぶらりやが ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん) コーヒー牛乳	御飯 肉詰めいなり煮物 白菜の和え物 みそ汁(青菜・しめじ) 牛乳	御飯 なすのそぼろ煮 冷奴 みそ汁(玉葱・えのき) 牛乳
昼	シーフードカレー チーズサラダ 香の物(福神漬・らっきょう) カフェオレゼリー	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め 付)スナップエンドウ 里芋の煮物 かりふらの甘酢漬け わかめスープ(豆苗)	十五穀米ご飯 エビカツ・メンチカツ ソース 付)キャベツ ブロッコリーサラダ りんごのフルチェ お吸い物(さくら・にら)	御飯 鶏肉の煮付け 付)なす きんぴらごぼう なめたけおろし和え 赤だしみそ汁(豆腐・絹さや)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)アスパラ 冬瓜の煮物 小松菜の和え物 お吸い物(おつゆ麩・長葱)	【ホーム喫茶】 たまごの雑炊 大根きんぴら きゅうりの塩昆布和え えびみそ
おやつ	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(エクレー)	おやつ(きみじくれ)	おやつ(野菜生活マンゴー)	
夕	御飯 鶏肉の柚子こしソース 柚子こしソース 付)ピーマン なすの含め煮 小松菜のピーナツ和え あみえび佃煮	御飯 豆腐ハンバーグ 付)白菜 付)甘煮人参・コーン もやしの生蒸煮 チンゲン菜のお浸し フルーツ缶(洋梨)	御飯 モカザメのみりん焼き 付)白菜 鶏肉とれんこんの炒り煮 もやしのごま風味和え 昆布佃煮	御飯 豚肉のバター醤油ソテー 付)ピーマン 大根とさつま揚げの煮物 煙草のおかか和え うぐいす豆	御飯 ベーコンのキッシュ クリームマトソース 付)じゃが芋 傾立とブロッコリーの炒め物 春雨サラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 さんまの塩しもんだれ 付)大根おろし ちくわと里芋の煮物 キャベツの梅しそ和え 香の物(つぼ漬)
日付		08月26日(月)	08月27日(火)	08月28日(水)	08月29日(木)	
朝	御飯 納豆 切干大根の煮物 みそ汁(もやし・うずまき麩) 牛乳	コーヒーロール ミートボール 付)アスパラ炒め マカロニサラダ いちごジャム フルーツ缶(ミルク) 牛乳	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋とろろ みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳	マーブル食パン うたけ いんげんのごま和え りんごジャム フルーツ缶(びわ) コーヒー牛乳	御飯 だし巻き卵 付)茶福豆 青菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	御飯 炒り豆腐 オクラのおかか和え みそ汁(大根・大根葉) 牛乳
昼	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付)スナップエンドウ なすとピーマンの炒め物 白飯ヨーグルト トマトソース(小松菜・人参)	御飯 めめけのしそ塩麹焼き 付)いんげん 冬瓜のかにかんかけ キャベツのくるみ和え みそ汁(玉葱・絹さや)	あんかけ焼きそば 海鮮しゅうまい きゅうりの華風和え 中華スープ(えのき・大根葉)	ふりかけご飯 あじの香味焼き 付)オクラ ほうれん草の煮浸し かりふらの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・豆腐)	【選択食】御飯 Aミートローフ 付)スバゲッティ 小松菜のソテー フルーツ缶(バナナ) コンソメスープ(茗荷・人参)	御飯 赤魚のめやし甘酢あんかけ 鶏肉と冬瓜の煮物 かぼちゃサラダ お吸い物(うずまき・長葱)
おやつ	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(ロールケーキモカ)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(水ようかん)	
夕	御飯 とろろからの漬け焼き 付)オクラ かぶの洋風煮 しろなとえのきの和え物 浅漬け(きゅうり)	御飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ たいみそ	御飯 ホキンのチーズ焼き 付)ブロッコリー 鶏肉とごぼうの旨煮 焼きなす 香の物(しば漬)	御飯 チキンカツ ソース 付)キャベツ じゃが芋のポトフ マトサラダ フルーツ缶(みかん)	御飯 めばるの漬け焼き れんこん・絹さや いんげんきんぴら ブロッコリーサラダ 梅干し	御飯 青椒肉絲 水餃子 白菜のナムル フルーツ缶(黄桃)

B 熊のふん
きんぴら