

8 月

献立表

	(月)	(火)	(水)	(木)	1 (金)	2 (土)	3 (日)
昼食					ご飯 ◎豚肉しぐれ煮 ◎サーモンフライ ビーフン炒め アボカドとささみの和え物 すまし汁 スイカ	ご飯 ◎鶏ちゃん炒め ◎ブリの煮つけ 大豆の煮物 里芋の明太子和え かきたま汁 白桃缶	ご飯 ◎白身魚のフリッター ◎チキンステーキ ほうれん草のクリーム煮 水菜とハムのサラダ コンソメスープ いちごヨーグルト
	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
昼食	ご飯 ◎牛肉と筍の炒め物 ◎アジの山椒焼き 鶏団子と春雨の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁 パイン缶	ご飯 ◎揚げ出し豆腐 ◎カレイのもろみ焼き 冬瓜のそぼろ煮 カリフラワーのたらこマヨかけ すまし汁 バナナ	お祝い膳 	◎親子丼 ◎ネギトロ丼 さつま芋の甘煮 小松菜と人参の胡麻和え 味噌汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎鶏肉の塩麴漬け焼き ◎海鮮五目煮 筍のバター醤油炒め ブロッコリーと竹輪の塩昆布和え すまし汁 スイカ	ご飯 ◎回鍋肉 ◎赤魚の西京漬け焼き 麻婆春雨 水菜とツナのボン酢和え 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 ◎スパニッシュチーズオムレツ ◎シーフードシチュー ほうれん草とウインナーの炒め物 ごぼうサラダ コンソメスープ 黄桃缶
	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)
昼食	ご飯 ◎鶏肉のおろし煮 ◎ホキのから揚げねぎソース 里芋のそぼろ煮 オクラの梅和え 味噌汁 フルーチェメロン	ご飯 ◎豆腐のキムチ味噌煮 ◎さばの塩焼き ふきと鶏の煮物 いんげんとしらすの辛子醤油和え すまし汁 洋梨缶	寿司三昧 	お楽しみ食 	ご飯 ◎鶏肉の照り焼き ◎海鮮塩とろみ炒め 厚揚げとぜんまいの煮物 水菜とハムのサラダ 味噌汁 みかん缶	ご飯 ◎牛の土手煮 ◎アジの梅肉焼き 小松菜とあさりの煮浸し ブロッコリーのピーナッツ和え すまし汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎夏野菜カレー ◎和風ハンバーグ コーンコロッケ スパサラダ コンソメスープ バナナ
	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)
昼食	ご飯 ◎親子煮 ◎太刀魚の一味焼き さつま芋の切昆布煮 小松菜のじゃこ和え すまし汁 洋梨缶	ご飯 ◎味噌カツ ◎鯖のタルタル焼き じゃが芋のツナ煮 チーズサラダ すまし汁 スイカ	ご飯 ◎豚肉のキムチ炒め ◎さばの生姜煮 金平ごぼう 春雨サラダ すまし汁 りんご缶	ご飯 ◎豚の角煮 ◎鯖の西京漬け焼き 里芋といかの煮物 小松菜としめじのピーナッツ和え すまし汁 パイン缶	ご飯 ◎冷しゃぶごまだれかけ ◎鮭のクリームソースかけ 茄子のオイスター煮 キャベツとじゃこのおかか和え コンソメスープ フルーツミックス缶	ご飯 ◎油淋鶏 ◎白身魚のムニエル 焼売 錦糸サラダ もずくとえのきの中華スープ フルーチェぶどう	ご飯 ◎豚肉の生姜炒め ◎白身魚のバター醤油焼き 蓮根と挽肉のピリ辛炒め ごぼうサラダ すまし汁 黄桃缶
	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)	31 (日)
昼食	ご飯 ◎白身魚のフリッター ◎チキンステーキ ラタトゥイユ 水菜とカニカマのサラダ 玉子スープ みかん缶	バイキング 	◎牛丼 ◎ねぎとろ丼 筍の山椒炒め アボカドとささみの和え物 味噌汁 白桃缶	◎サラダうどん ◎とろろそば ゴーヤチャンプル もやしとカニカマの生姜醤油和え スイカ	ご飯 ◎牛肉の柳川煮 ◎海老の柚子胡椒炒め キャベツとそぼろの煮物 もずく酢 味噌汁 りんご缶	ご飯 ◎鶏肉の塩麴漬け焼き ◎あじのおろしボン酢かけ もやしの胡麻煮 パンプキンサラダ 味噌汁 キウイヨーグルト	ご飯 ◎ポークチャップ ◎鮭の菜種焼き 筍の煮物 春雨サラダ 生姜スープ オレンジ

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士