



予定献立表

令和6年8月1日～令和6年8月10日

日	朝食	昼食	夕食
1(木)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 アシド・ミルク 	ごはん スパニッシュオムレツ 豚汁 チンゲン菜のマスタードマヨ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 冬瓜の水晶煮 みぞれ和え 
2(金)	ごはん みそ汁 青菜のさっと煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 白身魚の南蛮漬け 沢煮椀 なすの味噌炒め フルーツ 	ごはん コンソメ煮 鶏レバー煮 ビーフンサラダ 
3(土)	ごはん みそ汁 麩のすき煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 和風ハンバーグ カリフラワーグラタン 細切り野菜サラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け 炒り豆腐 青菜のポン酢和え 
4(日)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	炊き込み御飯 ぎせい豆腐 すまし汁 白菜のごま酢和え フルーツ 	ごはん 八宝菜 肉団子 大根サラダ 
5(月)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ コア・コア 	赤飯 鯖のレモン焼き かきたま汁 青菜の辛し和え フルーツ 	ごはん ロールキャベツ ひじき煮 マカロニサラダ 
6(火)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 キャベツのスープ ほうれん草サラダ フルーツ 	ごはん 親子煮 里芋の味噌田楽 若布の酢の物 
7(水)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	冷やし中華(代替えは厚揚げの味噌炒め) 大学芋 蒸しシューマイ 杏仁豆腐 	ごはん 鯖の生姜焼き 切り干し大根の煮物 キャベツの和風和え 
8(木)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 乳酸菌飲料 	ごはん てんぷら みそ汁 長芋の梅肉和え フルーツ 	ごはん ポークソテー 金平 フレンチサラダ 
9(金)	ごはん みそ汁 大豆煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん ふくさ焼き 野菜椀 青菜のごま和え フルーツ 	ごはん マーボーナス 大根のスープ煮 伴三絲 
10(土)	ごはん みそ汁 キャベツとソーセージの煮込み 佃煮 牛乳 	ごはん 鮭のホイル焼き 季節のみそ汁 アスパラのナッツ和え フルーツ 	ごはん 宝袋 ジャコ炒め 玉子豆腐 