



予定献立表

令和 6年 8月 21日 ~ 令和 6年 8月 31日

| 日 | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|-------|--|---|--|
| 21(水) | ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 牛乳  | ごはん 鯖の味噌煮 すまし汁 青菜のごま和え フルーツ  | ごはん 豆腐の五目煮 えび餃子 春雨サラダ  |
| 22(木) | ごはん みそ汁 里芋煮 乳酸菌飲料  | ちらし寿司(代替えは白身魚の野菜蒸し) 冬瓜汁 茄子の利休煮 イチゴプリン  | ごはん 焼き肉 ビーフソテー 中華風なます  |
| 23(金) | ごはん みそ汁 がんも煮 佃煮 牛乳  | ごはん えびかつフライ 夏野菜の味噌汁 イエローサラダ フルーツ  | ごはん 信田卵 青菜のソテー もずく酢  |
| 24(土) | ごはん みそ汁 じゃが芋の炒め煮 ふりかけ 牛乳  | ごはん 鶏の焼き豚風煮 トマトとたまごのスープ エビサラダ フルーツ  | ごはん カレーのおろし煮 茄子のみそかけ もやしの酢の物  |
| 25(日) | ごはん みそ汁 親子煮 佃煮 牛乳  | ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーグラタン トマトサラダ フルーツ  | ごはん カレー風味の肉豆腐 芋金平 青菜の磯辺和え  |
| 26(月) | 雑炊 大根煮 つけもの ぶどうヨーグルト  | 肉みそうどん(代替えは八宝菜) 青菜と玉子のスープ 豆腐シューマイ デザートムース  | ごはん 鮭のマリネ キャベツのスープ 南瓜のバター煮  |
| 27(火) | ごはん みそ汁 キャベツのさっと煮 佃煮 牛乳  | ごはん かきあげ みそ汁 青菜のごま和え フルーツ  | ごはん ポテトオムレツ 切り干し大根の煮物 ブロッコリーのサラダ  |
| 28(水) | ごはん みそ汁 なすの炒め煮 ふりかけ 牛乳  | サンドイッチ(代替えは鶏のホイル焼き) コーンスープ コールスローサラダ ジョア  | ごはん 射込高野煮 アスパラのジャコ炒め 長芋のあえ物  |
| 29(木) | ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 乳酸菌飲料  | ごはん 焼き鮭のマヨネーズ風味 具沢山味噌汁 白菜のお浸し フルーツ  | ごはん 青椒肉絲 大根のスープ煮 ところ天サラダ  |
| 30(金) | ごはん みそ汁 厚あげの煮物 佃煮 牛乳  | ハヤシライス 海草サラダ フルーツのヨーグルト和え  | ごはん 鯖の煮付け もやしのゴマ油炒め ユカリ和え  |
| 31(土) | ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 牛乳  | とうもろこし御飯 豆腐の肉味噌かけ すまし汁 青菜のおろし和え コンポート  | ごはん 五目玉子焼き なすの田舎煮 五色和え  |