

杉の郷 8月献立表

							8月1日(土)
朝							バターロールパン コーヒー ミックスフルーツ バナナ
昼							ご飯 かわいいの煮つけ じゃがいものベーコンソーテー 菜果サラダ みそ汁(油揚げ、わかめ)
夕							ご飯 チンジャオロース 厚揚げとキャベツの味噌炒め 小松菜のレモン和え
8月2日(日)							8月3日(月)
朝	クリームパン フルーツミックスジュース ヨーグルト	バターロールパン 牛乳 チーズサラダ トマト	ご飯 大豆と昆布のうま煮 みそ汁 佃煮昆布、味付けのり たくあん漬け	バターロールパン ツナサラダ 牛乳 トマト	バターロールパン コーヒートマト ポテトサラダ(朝用) トマト	8月6日(木)	8月7日(金)
朝	クリームパン フルーツミックスジュース ヨーグルト	バターロールパン 牛乳 チーズサラダ トマト	ご飯 大豆と昆布のうま煮 みそ汁 佃煮昆布、味付けのり たくあん漬け	バターロールパン ツナサラダ 牛乳 トマト	バターロールパン コーヒートマト ポテトサラダ(朝用) トマト	8月6日(木)	8月7日(金)
昼	ご飯 さわらのムニエル ポテトサラダ こんにゃくの土佐煮 みそ汁(玉葱、板ふ)	ワカメ御飯 豚肉のしょうが焼き レタスと温泉卵のシーザーサラダ 金時豆	ご飯 さばのソース煮 マカロニサラダ 豆腐のチャンプルー コーヒートマト	しらす丼 なすのおろし揚げ ツナときゅうりのパンパンジー たくあん漬け みそ汁(豆腐、なめこ)	ハヤシライス トマトとわかめのサラダ カルピス寒天	8月14日(金)	8月15日(土)
昼	ご飯 さわらのムニエル ポテトサラダ こんにゃくの土佐煮 みそ汁(玉葱、板ふ)	ワカメ御飯 豚肉のしょうが焼き レタスと温泉卵のシーザーサラダ 金時豆	ご飯 さばのソース煮 マカロニサラダ 豆腐のチャンプルー コーヒートマト	しらす丼 なすのおろし揚げ ツナときゅうりのパンパンジー たくあん漬け みそ汁(豆腐、なめこ)	ハヤシライス トマトとわかめのサラダ カルピス寒天	8月14日(金)	8月15日(土)
夕	牛丼 塩昆布の和え物 しば漬け 清汁(豆腐)	ご飯 鶏肉の五目炒り煮 トマトとわかめのサラダ 冷ややっこ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 小松菜ともやしのピリ辛和え 玉ねぎとカニカマの胡麻ダレサラダ	ご飯 鶏肉の甘酢炒め かぼちゃサラダ キャベツの生姜醤油和え	[共]ソースやきそば フライドポテト フランクフルト	8月14日(金)	8月15日(土)
夕	牛丼 塩昆布の和え物 しば漬け 清汁(豆腐)	ご飯 鶏肉の五目炒り煮 トマトとわかめのサラダ 冷ややっこ	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 小松菜ともやしのピリ辛和え 玉ねぎとカニカマの胡麻ダレサラダ	ご飯 鶏肉の甘酢炒め かぼちゃサラダ キャベツの生姜醤油和え	[共]ソースやきそば フライドポテト フランクフルト	8月14日(金)	8月15日(土)
8月9日(日)							8月10日(月)
朝	バターロールパン ぶどうのカルピス ミックスフルーツ	バターロールパン 牛乳 チーズサラダ	ご飯 みそ汁 ふりかけ しば漬け、小松菜のおひたし 味付けのり	8月12日(水)	メロン小町 コーヒートマト ツナサラダ	8月14日(金)	8月15日(土)
朝	バターロールパン ぶどうのカルピス ミックスフルーツ	バターロールパン 牛乳 チーズサラダ	ご飯 みそ汁 ふりかけ しば漬け、小松菜のおひたし 味付けのり	8月12日(水)	メロン小町 コーヒートマト ツナサラダ	8月14日(金)	8月15日(土)
昼	ご飯 さば塩焼き ツナじゃが イカとオクラの納豆和え みそ汁(豆腐、なめこ)	ご飯 牛肉と野菜炒め ちくわわさび醤油かけ 枝豆のおろし和え みそ汁(玉葱、板ふ)	ご飯 豆腐のハンバーグ ブロッコリーの胡麻辛子和え ジャーマンポテト ワカメスープ	おにぎり 冷やし中華 カニシューマイ 杏仁豆腐	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ カルピス寒天	8月14日(金)	8月15日(土)
昼	ご飯 さば塩焼き ツナじゃが イカとオクラの納豆和え みそ汁(豆腐、なめこ)	ご飯 牛肉と野菜炒め ちくわわさび醤油かけ 枝豆のおろし和え みそ汁(玉葱、板ふ)	ご飯 豆腐のハンバーグ ブロッコリーの胡麻辛子和え ジャーマンポテト ワカメスープ	おにぎり 冷やし中華 カニシューマイ 杏仁豆腐	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ カルピス寒天	8月14日(金)	8月15日(土)
夕	ご飯 とり肉のしょうが煮 厚揚げとキャベツの味噌炒め 金時豆	ご飯 赤魚の煮つけ じゃが芋とにんにくの茎の炒め物 セロリと胡瓜の酢の物	ご飯 牛丼 野菜のみぞれ和え メロン	ご飯 ぶりの梅肉ソーテー にらレバー炒め 小松菜ともやしのピリ辛和え みそ汁(油揚げ、大根)	ご飯 鶏肉の塩焼き 冬瓜と厚揚げの煮物 レタスの胡麻酢和え	8月14日(金)	8月15日(土)
夕	ご飯 とり肉のしょうが煮 厚揚げとキャベツの味噌炒め 金時豆	ご飯 赤魚の煮つけ じゃが芋とにんにくの茎の炒め物 セロリと胡瓜の酢の物	ご飯 牛丼 野菜のみぞれ和え メロン	ご飯 ぶりの梅肉ソーテー にらレバー炒め 小松菜ともやしのピリ辛和え みそ汁(油揚げ、大根)	ご飯 鶏肉の塩焼き 冬瓜と厚揚げの煮物 レタスの胡麻酢和え	8月14日(金)	8月15日(土)
8月16日(日)							8月17日(月)
朝	バターロールパン カルピス マンゴープリン	ご飯 みそ汁 鶏肉のきんぴら(朝用) 味付けのり、たくあん漬け	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
朝	バターロールパン カルピス マンゴープリン	ご飯 みそ汁 鶏肉のきんぴら(朝用) 味付けのり、たくあん漬け	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
昼	ご飯 魚のフライ 夏野菜のゴマ和え ジャーマンポテト ワカメスープ	ご飯 ハンバーグ ツナじゃが なすの田舎煮 赤だし	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
昼	ご飯 魚のフライ 夏野菜のゴマ和え ジャーマンポテト ワカメスープ	ご飯 ハンバーグ ツナじゃが なすの田舎煮 赤だし	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
夕	鶏肉の照り焼き丼 春雨と胡瓜の酢の物 みそ汁(豆腐、わかめ)	ご飯 魚のマリネ 野菜の炊き合わせ カルピス寒天	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
夕	鶏肉の照り焼き丼 春雨と胡瓜の酢の物 みそ汁(豆腐、わかめ)	ご飯 魚のマリネ 野菜の炊き合わせ カルピス寒天	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	
8月23日(日)							8月24日(月)
朝	バターロールパン ミルクココア カットりんご	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
朝	バターロールパン ミルクココア カットりんご	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
昼	ご飯 肉コロッケ チーズ入りスクランブルエッグ トマトのマリネ ベーコンスープ	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
昼	ご飯 肉コロッケ チーズ入りスクランブルエッグ トマトのマリネ ベーコンスープ	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
夕	ご飯 さば塩焼き 里芋の田舎煮 にらともやしの卵とじ	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
夕	ご飯 さば塩焼き 里芋の田舎煮 にらともやしの卵とじ	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
8月30日(日)							8月31日(月)
朝	バターロールパン カルピス ミックスフルーツ	8月31日(月)					
朝	バターロールパン カルピス ミックスフルーツ	8月31日(月)					
昼	ご飯 磯部揚げ ほうれん草とツナのサラダ トマトのみぞれ和え みそ汁(油揚げ、もやし)	8月31日(月)					
昼	ご飯 磯部揚げ ほうれん草とツナのサラダ トマトのみぞれ和え みそ汁(油揚げ、もやし)	8月31日(月)					
夕	ご飯 魚の酢豚風 ビーマン卵 とろろ豆煮	8月31日(月)					
夕	ご飯 魚の酢豚風 ビーマン卵 とろろ豆煮	8月31日(月)					