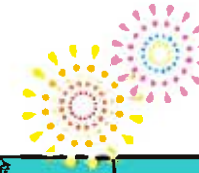




26年8月<予定献立表>



	日	月	火	水	木	金	土
星	31					1 梅しらすご飯 エビフライ 枝豆豆腐 白菜ゆず和え しめじともやしの中巻和え みそ汁(わかめ) 産なし缶	2 スタミナ芋 きのこのとろろかけ ブロッコリーの柚子胡椒和え 人参サラダ すまし汁 りんご
星	3	4	5 カレーの薬味漬け 冬瓜のそぼろ煮 春雨の酢の物 白菜とカニマのわさび和え みそ汁(豆腐) バナナ	6 蛤ごり(ざるうどん) かきあげ もずくトマトの酢の物 オクラのゴマ和え メロン	7 鶏のバジルソースかけ 南瓜とさつま芋サラダ 白菜と青しそのカーモンマリネ 大豆の五目煮 みそ汁(大根) パイン	8 豚のもろみ味噌焼き 切り干し大根の煮物 トマトとみょうがのサラダ 玉ねぎの梅かつお和え すまし汁(もずく) スイカ	9 鶏の隠し味噌焼き ゴーヤチャンプル 里芋サラダ わかめとキャベツの生巻和え みそ汁(なす) メロン
星	10	11	12 魚の野菜あんかけ れんこんの金平 南瓜の胡麻和え 大根とツナのレモン和え すまし汁(しめじ) パイン	13 鶏のわずこしょうかけ ホウレン草と卵の炒め物 もずく酢 コーンスローサラダ みそ汁(なめこ) メロン	14 上巻煮 チンジャオロース 焼き合わせ ワカメとオクラの煮物 味噌汁(もやし) スイカ	15 海鮮系 鶏の梅肉焼き 焼き合わせ うりとうかんの酢の物 みそ汁(じゃが芋) メロン	16 きつねそば えのきとエラの酢の物 なすのソースかけ マカロニサラダ パイン
星	17	18 夏祭) カレーライス 焼き鳥 枝豆 野菜サラダ すまし汁(えのき) 産なし	19 夏祭) 焼きそば 焼き鳥 枝豆 三輪の金平 なめこ汁 スイカ	20 夏祭) 鶏のから揚げ お好み焼き 枝豆豆腐 きゅうりの梅和え すまし汁(卵) パイン	21 冷麺 ゴーヤチャンプル もずく酢 水菜とカニマサラダ すまし汁(おぼろ) メロン	22 鮭のクリームソースかけ 春雨の中巻サラダ ポテトと明太のマヨ和え 山芋梅肉和え スープ バナナ	23 なすと豚肉味噌炒め 三つ葉と竹輪の金平 もやしのシーチキン和え イカの梅和え すまし汁(玉ねぎ) スイカ
星	24	25 おろしとんかつ 豆腐豆腐 なすとピーマンの味噌かけ 里芋の青のりまぶし 味噌汁(しめじ) メロン	26 魚の梅肉焼き そら豆豆腐 はんぺんみどり酢和え 昆布のかき煮 スープ(わかめ) 人参 パイン	27 自身巻のポイル野菜 大豆の五目煮 鶏ときゅうりのおろし和え 南瓜のゴマ和え みそ汁(とろろ煮物) バナナ	28 鶏の味噌がらめ 冬瓜がにあんかけ ブロッコリーの柚子胡椒和え キャベツのコーンスローサラダ みそ汁(白菜) スイカ	29 魚の揚げ煮 きのこ青梗菜のソテー じゃが芋とウィンナーのマスタード和え きゅうりとカニマの酢の物 すまし汁(のり) あられ パイン	30 鶏々鶏 ぜんまい煮 とろこてんの煮物 ブロッコリーわかび和え すまし汁(えのき) バナナ

