

< 保育献立 >

[illegible]

< 介護献立 >

◆◆◆◆◆ 朝食 ◆◆◆◆◆

8月		主 菜	副 菜	介護系副菜	スープ	主 食
対象		全 員	全 員	全 員	全 員	全 員
1	金	ひじきの炒り煮	イワシの梅煮	梅干し	豆腐の味噌汁	御飯
2	土	いこみこうや	春雨サラダ	しその実	なめこの味噌汁	御飯
3	日	切り干し大根の煮物	ウインナー	うめふりかけ	キャベツの味噌汁	御飯
4	月	南瓜のそぼろ煮	カリフラワーの金平	たいみそ	もやしの味噌汁	御飯
5	火	鮭の卵とじ	いんげんの胡麻和え	やさいふりかけ	豆腐の味噌汁	御飯
6	水	シュウマイ	茄子の煮物	のり佃煮	油揚げの味噌汁	御飯
7	木	レンコンの煮物	納豆	つぼ漬け	小松菜の味噌汁	御飯
8	金	オムレツ	ソテー	たくあん	じゃがいもの味噌汁	御飯
9	土	ししやも	きんぴらごぼう	やさいふりかけ	ほうれん草の味噌汁	御飯
10	日	五目煮	ブロッコリーのしらす和え	紅しょうが	さつま芋の味噌汁	御飯
11	月	いこみこうや	ペンネサラダ	しば漬け	わかめの味噌汁	御飯
12	火	豆腐の卵とじ	納豆	たくあん	小松菜の味噌汁	御飯
13	水	ジャガイモのクリーム煮	ウインナー	りんごジャム	コンソメスープ	ロールパン
14	木	レンコンの煮物	いんげんのおかか和え	鮭ふりかけ	大根葉の味噌汁	御飯
15	金	南瓜のそぼろ煮	カリフラワーの金平	梅干し	油揚げの味噌汁	御飯
16	土	ひじきの炒り煮	キャベツの塩昆布和え	めんたい	豆腐の味噌汁	御飯
17	日	アスパラベーコン	卵焼き	やさいふりかけ	じゃがいもの味噌汁	御飯
18	月	切り干し大根の煮物	いわしの生姜煮	たいみそ	ほうれん草の味噌汁	御飯
19	火	いこみこうや	春菊の煮びたし	しば漬け	人参の味噌汁	御飯
20	水	金平ごぼう	納豆	野沢菜	玉ねぎの味噌汁	御飯
21	木	揚げ茄子の鶏ミンチ	ブロッコリーのおかか和え	のり佃煮	キャベツの味噌汁	御飯
22	金	オムレツ	ソテー	イチゴジャム	野菜スープ	ロールパン
23	土	ししやも	春雨サラダ	たいみそ	玉ねぎの味噌汁	御飯
24	日	鮭の卵とじ	きゃべつの昆布和え	おかかふりかけ	油揚げの味噌汁	御飯
25	月	ペンネサラダ	つくねボール	甘酢漬	じゃがいもの味噌汁	御飯
26	火	かぼちゃの煮物	カリフラワーの塩昆布	鮭ふりかけ	白菜の味噌汁	御飯
27	水	五目煮	さんまの生姜煮	のり佃煮	なめこの味噌汁	御飯
28	木	がんもの煮物	春菊の煮びたし	やさいふりかけ	えのきの味噌汁	御飯
29	金	揚げ茄子の鶏ミンチ	納豆	たくあん	ほうれん草の味噌汁	御飯
30	土	ソテー	スマイルポテト	チョコジャム	南瓜スープ	食パン
31	日	鮭の卵とじ	きゃべつの昆布和え	おかかふりかけ	油揚げの味噌汁	御飯

◆◆◆◆◆ 昼食 ◆◆◆◆◆

8月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜 全 員	スープ 全 員	主 食 全 員	デザート 全 員	午後おやつ 全員・放課後
1 金	鮭のムニエル	青菜ときのこのお浸し	白菜漬け・つぼ漬け	レタススープ	御飯	パイナップル	あんぱん
2 土	冷汁	新じゃがのそぼろ煮	たくあん		麦御飯	すいか	パイの実・ぼたぼた焼き
3 日	鰯の西京焼き	さつま揚げの金平	野沢菜漬け・梅干し	もずくスープ	御飯	みかん缶	バームクーヘン
4 月	味噌ラーメン	胡瓜とリンゴのサラダ	高菜漬け		味噌ラーメン	プリン	フルーチェ
5 火	磯辺フライ	ピーマンサラダ	しそ昆布・さくら漬	野菜スープ	御飯	バナナ	ガトーレーズン・サッポロポテト
6 水	炒り鶏	紅白なます	紅しょうが・味噌漬け	豚ごぼう汁	御飯	りんご	さつまいもの蒸しパン
7 木	塩鮭	玉子焼き・ナポリタン	胡瓜の味噌和え	星のごスープ	彩ふりかけおにぎり	洋梨缶	クッキー
8 金	ゴボウと牛肉の炒め煮	しそ入り酢の物	青かっぱ漬け・らっきょう	オクラの味噌汁	御飯	りんご	うぐいすツイスト
9 土	ニベのゆかり焼き	千切り大根の洋風煮	野沢菜漬け・桜漬け	すまし汁	御飯	パイナップル	チョコパイ
10 日	青椒肉絲	もやしの中華風ナムル	甘酢漬け・味噌漬け	ピーマン汁	御飯	みかん缶	カプリコミニ・ミニサラダ
11 月	あじの南蛮漬け	カニカマサラダ	高菜漬け・奈良漬け	ミネストローネ	御飯	オレンジ	水ようかん
12 火	三色丼	胡麻ドレサダ	野沢菜	なめこ汁	三色丼	ヨーグルト	源氏パイ ハッピーターン
13 水	シイラのパン粉焼き	大豆とズッキーニのトマト煮	べったら漬・紅しょうが	豆腐のスープ	御飯	オレンジ	さつまいものケーキ
14 木	漬け込み焼き鳥	うどんサラダ	茄子漬・かつおかりんこ	もやしと白菜の中華スープ	御飯	みかん缶	たけのこの里・雪の宿
15 金	ドライカレー	ひじきのサダ	らっきょう・福神漬け		ドライカレー	カクテルゼリー	クリームパン
16 土	筑前煮	かたまりとひよこ豆のサダ	野沢菜漬け・茄子漬け	豆乳みそスープ	御飯	すいか	チョコッパケーキ
17 日	鰯の胡麻醬油焼き	大根なます	味噌漬け・しば漬け	小松菜の味噌汁	御飯	黄桃缶	アルフォート・かっぱえびせん
18 月	豚肉の生姜焼き	リャンパンサンスウ	桜漬け・しその実	きのこ具だくさんスープ	御飯	オレンジ	いちごのマドレーヌ
19 火	カツオブライ	焼きナス	胡瓜漬け・たくあん	厚揚げの味噌汁	御飯	りんご	コアラのマーチ 星食べよ
20 水	冷やし中華	シューマイ			冷やし中華	プリン	カスタードケーキ
21 木	赤魚の煮物	コールスロー	べったら漬・高菜漬け	マカロニスープ	御飯	オレンジ	おにぎりせんべい・カントリーマーム
22 金	チキン南蛮	ハムともやしの中華和え	福神漬け・胡瓜風味	人参の味噌汁	御飯	コーヒゼリー	カレーパン
23 土	塩さんま	ほうれん草の胡麻みそ和え	野沢菜・奈良漬け	ソーメン汁	御飯	バナナ	黒糖蒸しパン
24 日	白菜のうま煮	ささみのマヨ和え	梅干し・つぼ漬け	ポテトスープ	御飯	パイ缶	豆乳ドーナツ
25 月	牛丼	ブロッコリーとチーズのサダ	紅しょうが	キャベツの味噌汁	牛丼	バナナ	シュークリーム
26 火	鰯のねぎだれ	レンコンの甘辛煮	しそ昆布・あおかっぱ	呉汁	御飯	りんご	ルマンド まがりせんべい
27 水	肉じゃが	ほうれん草のしらす和え	白菜漬け・しその実	わかめの味噌汁	御飯	オレンジ	黒糖・ミニサラダ
28 木	鮭の胡麻味噌焼き	青しそサラダ	べったら漬・高菜漬け	もずくのかきたま汁	御飯	パイナップル	オフのラスク
29 金	とり天	マカロニサラダ	かつおかりんこ・野沢菜	そば汁	御飯	スイカ	誕生日ケーキ
30 土	サバの味噌煮	胡瓜とわかめの酢の物	白菜漬け・つぼ漬け	とろろ昆布汁	御飯	オレンジ	二色あんぱん
31 日	すき焼き風煮	おくら胡麻和え	梅干し・甘酢生姜	ほうれん草のすまし汁	御飯	黄桃缶	ミニたい焼き

◆◆◆◆◆ 夕食 ◆◆◆◆◆

8月	主 菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	主 食	デザート	
対象	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	五福deごはんのみ	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	全員 (五福deごはん)	施設のみ
1	金 豚肉のべっこう煮	大葉と切り干し大根胡麻マヨサラダ	みょうがの酢の物・しば漬け	けんちん汁	御飯	バナナ	しば漬け・高菜漬け
2	土 たらの洋風焼き	ちりめんサラダ	夏野菜と昆布の和え物・味噌漬け	トマトスープ	御飯	リンゴ	みそ漬け・昆布の佃煮
3	日 鶏肉と里芋の煮物	オクラのなめたけ和え		厚揚げの味噌汁	御飯	パイン缶	きゅうりづけ・さくら漬
4	月 鯖の青しそ焼き	パンキンサラダ	ほうれん草の胡麻和え・茄子漬	なめこのかきたま汁	御飯	オレンジ	茄子漬・べったら漬
5	火 鶏のチリソース	ジャガイモのチーズ煮	カリフラワーのカレーマヨ炒め・白菜漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯	パイナップル	白菜漬け・甘酢漬
6	水 鯖の朝鮮焼き	ゴーヤチャンプルー	オクラともずくの梅肉和え・沢庵	卵スープ	御飯	すいか	沢庵・しその実
7	木 八宝菜	柚子ドレサラダ	大根なます・野沢菜	じゃがいもの味噌汁	御飯	杏仁豆腐	野沢菜・奈良漬け
8	金 南瓜コロッケ	シーザーサラダ	里芋の胡麻煮・しそ昆布	コーンスープ	御飯	バナナ	しそ昆布・紅しょうが
9	土 鶏の柚子胡椒焼き	夏野菜のお浸し	高野豆腐の寄せ煮・梅干し	大根の味噌汁	御飯	イチゴゼリー	梅干し・べったら漬
10	日 鯖の三味焼き	ひじきの炒り煮		ごぼうの味噌汁	御飯	黄桃缶	高菜漬け・かつおかりんこ
11	月 豚肉のみそ炒め	オクラとわかめの酢の物	春菊と湯葉の煮びたし・昆布佃煮	野菜スープ	御飯	すいか	昆布佃煮・味噌漬け
12	火 魚の甘酢あんかけ	茄子とピーマンの田舎煮	トマトのマリネ・さくら漬	わかめスープ	御飯	リンゴ	さくら漬・しその実
13	水 ロースかつ	豆サラダ	厚揚げの煮物・つぼ漬け	豆腐の味噌汁	御飯	パイナップル	つぼ漬け・白菜漬け
14	木 白身魚のバター醤油焼き	いり豆腐	甘酢生姜	筍のすまし汁	ちらし寿司	フルーツみつまめ	甘酢生姜・味噌漬け
15	金 煮込みハンバーグ	うどん胡麻ドレサラダ	アスパラバター醤油焼き・沢庵	キャベツの味噌汁	御飯	黄桃缶	沢庵・白菜漬け
16	土 鮭の揚げ煮	ゴーヤと茄子のみそ炒め	卵の花・梅干し	ほうとう汁	御飯	フルーツみつまめ	梅干し・しその実
17	日 肉団子の中華風きのこソース	オクラの湯葉和え	高菜漬け・きゅうりづけ	もやしの中華スープ	御飯	洋梨缶	高菜漬け・きゅうりづけ
18	月 鯖の南蛮漬け	大根梅おかか和え	いんげん人參の金平・奈良漬け	あおさの味噌汁	御飯	パイナップル	奈良漬け・白菜漬け
19	火 豚肉のキムチ炒め	五色なます	レバーしぐれ煮・あおかつぱ	えのきとたまごのすまし汁	十穀米	抹茶ババロア	あおかつぱ・茄子漬
20	水 タンドリーチキン	ピーマン炒め	里芋のそぼろ煮・梅干し	ごま味噌汁	御飯	すいか	梅干し・かつおかりんこ
21	木 茄子と豚肉の炒め物	ほうれん草のチーズ入り胡麻和え	オクラのしらす和え・しそ昆布	きのこの味噌汁	御飯	バナナ	しそ昆布・白菜漬け
22	金 白身魚のトマトソース焼き	フルーツサラダ	南瓜のいとこ煮・たくあん	肉団子スープ	御飯	リンゴ	たくあん・しば漬け
23	土 筑前煮	切り干し大根のサラダ	煮豆・味噌漬け	星のスープ	御飯	オレンジ	味噌漬け・白菜漬け
24	日 ぶりのカレーマヨ焼き	もずく酢		もやしの味噌汁	御飯	みかん缶	高菜漬け・きゅうりづけ
25	月 麻婆豆腐	レタスサラダ	ほうれん草のソテー・茄子漬	春雨スープ	御飯	オレンジ	茄子漬・らっきょう
26	火 油淋鶏	スパ炒め	トマトのマリネ・桜漬け	ほうれん草のスープ	御飯	すいか	さくら漬・沢庵
27	水 塩サバ	野菜胡麻マヨサラダ	茄子の田舎煮・甘酢漬	花麩のすまし汁	御飯	ピーチゼリー	甘酢漬・奈良漬け
28	木 夏野菜カレー	海藻サラダ	鶏の照り焼き・福神漬け・らっきょう		夏野菜カレー	バナナ	福神漬け・らっきょう
29	金 魚のきのこ甘酢あんかけ	ブロッコリーのサラダ	大豆煮・紅しょうが	白菜の味噌汁	御飯	リンゴ	紅しょうが・茄子漬
30	土 豚肉のブルコギ風	青梗菜と厚揚げの炒め物	いんげんの胡麻和え・しそ昆布	大根とベーコンのスープ	御飯	パイナップル	しそ昆布・あおかつぱ
31	日 ブリの照り焼き	里芋のそぼろ煮		もやしの味噌汁	御飯	洋梨缶	高菜漬け・胡瓜漬