

朝	8月	8月16日(土)	8月17日(日)
昼	8月22日は「リクエストメニューの日です！ 今回は豚肉と夏野菜のぶっかけそうめんの リクエストをいただきました。 夏野菜のトマトやきゅうり、ナスなどは暑い日にぴった りですね。 夏野菜には水分が多く含まれており、体を冷やす効果 があります。また、風邪をひきにくくする効果もあります。 夏野菜を食べて、体の中から元気になって、 夏を楽しく過ごしましょう！	あんぱん ベーコンと白菜のスープ煮 牛乳 フルーツ缶(洋梨)	ごはん 赤魚のごま醤油焼き 吉野汁 ふりかけ(のりたま)
おやつ		ご飯 鶏肉のタルタルソース焼き コールスローサラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ	ごはん 赤魚のごま醤油焼き 冬瓜の冷やし鉢 フルーツ缶(キウイ) みそ汁
夕		今川焼	ソフトクレープ(バナナ)
		ご飯 ますの漬け焼き 肉じゃが オクラのポン酢和え フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉のねぎ塩炒め かぼちゃの煮物 フルーツ缶(りんご) 香の物

朝	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	8月24日(日)
朝	芋粥 千草焼き 金時豆	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め煮 すまし汁 ふりかけ(たらこ)	チョコパン 野菜とチキンそぼろのソテー 牛乳 フルーツ缶(白桃)	鶏雑炊 筑前煮 フルーツ缶(みかん)	鮭雑炊 とりじやが フルーツ缶(マンゴー)	クリームパン 野菜とウインナーのソテー 牛乳 フルーツカクテル	ご飯 みそ汁 ふりかけ(さけ)
昼	ご飯 白身魚のムニエル夏野菜ソース ブロッコリーサラダ フルーツ缶(マンゴー) 豚汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ もやしと畑菜の和え物 フルーツ(オレンジ) みそ汁	トマトカレー カリフラワーサラダ フルーツ缶(キウイ) 福神漬け	ご飯 白身魚の香草焼き 二色浸し フルーツ(パイン) みそ汁	豚肉と夏野菜のぶっかけそうめん 大根の炒り煮 ほうれん草の葉種和え フルーツ缶(黄桃) みそ汁	ご飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒め パンプキンサラダ フルーツ缶(キウイ) みそ汁	ご飯 鶏肉のマスタード焼き なすの煮浸し フルーツ缶(みかん) すまし汁
おやつ	黒糖饅頭	どら焼き	ココアワッフル	黒糖蒸しパン	カラメルプリン	ペアクリームワッフル	ストロベリーカスタードタルト
夕	ご飯 鶏肉のオニオンソース ポテトサラダ フルーツ(パイン) すまし汁	ご飯 松風焼き 大根とちくわの煮物 なすの香味和え あみえび佃煮	ご飯 エビと卵の炒め物 焼壳 ほうれん草の中華和え 中華スープ	ご飯 豚肉の玉ねぎソース炒め 冬瓜の信田煮 きゅうりの塩昆布和え すまし汁	ごはん さばのつけ焼き 里芋の煮っころがし ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(りんご)	ご飯 千草焼き かぶの煮物 チンゲン菜の和え物 フルーツ缶(りんご)	ご飯 メバルの煮つけ じやがいもの甘辛炒め 青菜の酢みそがけ フルーツ(パイン)

朝	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)	8月30日(土)	8月31日(日)
朝	鶏雑炊 ツナと野菜の炒め煮 フルーツ缶(キウイ)	ご飯 ピーマンの炒め煮 金時豆 ごまなしふりかけ(鰯)	あんぱん キャベツのポトフ 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	中華雑炊 小松菜の炒め煮 フルーツ缶(マンゴー)	卵雑炊 里芋の揚げだし フルーツ缶(ミックス)	チョコパン ベーコンと大豆のトマト煮 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	ご飯 白菜の煮びたし おぼろ汁 ごまなしふりかけ(梅)
昼	ご飯 まぐろハンバーグ れんこんの炒り煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁	ごまだれ冷やしラーメン 春巻き チンゲン菜と魚肉ソーセージの炒め物 杏仁フルーツ	かいにかま散らし寿司 切干大根の炒り煮 白菜の和え物 具だくさんみそ汁	ご飯 八宝菜 甘酢のミートボール フルーツ(オレンジ) 中華スープ	ご飯 鮭の漬け焼き ゴーヤチャンプル フルーツ缶(りんご) みそ汁	ご飯 ミートローフ ブロッコリーのサラダ フルーツ(パイン) コンソメスープ	ご飯 カレイの揚げ浸し 小松菜の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁
おやつ	和のパンケーキ	スイスロール(バニラ)	ロールケーキ(2種)	ワイン一蒸しパン	ドームケーキ	吹雪饅頭	今川焼
夕	ご飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 小松菜とかまぼこの和え物 すまし汁	ご飯 ほっけの塩麹焼き きんぴらごぼう 香の物(桜だいこん) もずく酢	ご飯 牛肉ときのこの炒め物 里芋とちくわの含め煮 浅漬け すまし汁	ご飯 マトウダイの味噌バター焼き ひじきの煮物 ピクルス すまし汁	ご飯 チキンのカレーグリル ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ	ご飯 赤魚の香味焼き 冬瓜のかにかまあんかけ キャベツの和え物 みそ汁	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め イカと里芋の煮物 ごぼうサラダ フルーツ(オレンジ)



※献立は一部変更になる場合があります※