

神戸イリス献立表 2018/8/1(水)~8/31(金)

2018/08/01(水)

朝食	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	きのこソテー	
		きのこミックス
		ベーコン
		食塩
		こしょう
		しょうゆ
	牛乳	
		牛乳
昼食	おにぎり(なめし)	
		米
		菜めしの素
	冷やしぼっかけおろしうどん	
		うどん
		牛すじぼっかけ
		大根おろし
		かに風味かまぼこ
		きゅうり
		きざみのり
		めんつゆ
	水菜サラダ	
		水菜
		ササミ
		人参
		食塩
		こしょう
		金ゴマドレッシング
	オレンジ煮	
		さつまいも
		オレンジ
		砂糖
夕食	米飯	
		米
	鶏のうぐいす焼き	
		鶏もも肉
		むきえだまめ
		白みそ
		みそ
		砂糖
		本みりん
		カリフラワー
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
		かぼちゃ
		食塩
	ひじきと大豆の煮物	
		ひじき
		大豆
		ささがきごぼう
		人参
		きざみ揚げ
		いんげん
		だしの素
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(ほうれんそう)	
		ほうれんそう
		手まりふ
		食塩
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん

2018/08/02(木)

朝食	パン食	
		あらびきウインナー
		デニッシュ
	フルーツ(なし・オレンジ)	
		なし
		オレンジ
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	豚肉のなすロールフライ	
		豚ももスライス
		人参
		なす
		小麦粉
		鶏卵
		パン粉
		白絞油
		ウスターソース
		サラダ菜
		キャベツ
		フレンチドレッシング
		トマト
	レモンしょうゆ和え	
		はくさい
		人参
		みつば
		レモン
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(えのき)	
		えのき
		かいわれだいこん
		食塩
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
夕食	米飯	
		米
	白身魚のデミチーズ焼き	
		なまず
		デミグラスソース
		トマトケチャップ
		砂糖
		コンソメ
		トンカツソース
		シュレッドチーズ
		じゃがいも
		無塩バター
		牛乳
		食塩
		こしょう
		パセリ
	ズッキーニの中華炒	
		ズッキーニ
		むきえび
		片栗粉
		鳥がらスープ
		しょうゆ
		食塩
		こしょう
		ごま油
	ワカメスープ	
		わかめ
		人参
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ

2018/08/03(金)

朝食	米飯	
		米
	卵焼き	
		だし巻き卵
		しろな
		しょうゆ
		本みりん
	みそ汁(キャベツ)	
		キャベツ
		きざみ揚げ
		みそ
		だしの素
	のり佃煮	
		のり佃煮
昼食	米飯	
		米
	鱈の和風カレー煮	
		あじ
		カレー粉
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
		酒
		さといも
		ふき
		生ふ
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
	そばろいため	
		なす
		合挽ミンチ
		グリーンピース
		砂糖
		しょうゆ
		おろし生しょうが
		サラダ油
	みそ汁(チンゲン)	
		チンゲン菜
		人参
		みそ
		だしの素
夕食	焼き鳥丼	
		米
		鶏もも肉
		サラダ油
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		片栗粉
		ほうれんそう
		しょうゆ
		本みりん
		ごま油
		鰹糸卵
		きざみのり
	春菊とふの煮浸し	
		春菊
		ふ
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
	酢の物(かぼこ)	
		きゅうり
		人参
		かまぼこ
		穀物酢
		砂糖
		しょうゆ
	すまし汁(そうめ)	
		そうめん
		きざみ揚げ
		みつば
		だしの素
		食塩
		しょうゆ
		本みりん

2018/08/04(土)

朝食	パン食	
		食パン
		マーマレード
	カリフラワーのコンソメ煮	カリフラワー
		グリーンアスパラ
		人参
		コンソメ
		こしょう
		しょうゆ
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	豚肉のピカタ (トンカツ肉)	豚ロース肉
		酒
		本みりん
		しょうゆ
		小麦粉
		鶏卵
		小松菜
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
		じゃがいも
		食塩
		こしょう
	きゅうりとカニカマのわさび和え	きゅうり
		人参
		かに風味かまぼこ
		しょうゆ
		わさび
		本みりん
	コンソメスープ (玉葱・人参)	たまねぎ
		人参
		コンソメ
		しょうゆ
		こしょう
		パセリ
夕食	米飯	
		米
	焼き鮭の野菜あんか	鮭
		食塩
		たまねぎ
		人参
		キヌサヤ
		みつば
		えのき
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		片栗粉
		ブロッコリー
	ミートソーススパゲティ	スパゲティ
		無塩バター
		ミートソース
		粉チーズ
	みそ汁 (豆腐)	
		豆腐
		わかめ
		ねぎ
		みそ
		だしの素

2018/08/05(日)

朝食	パン食	
		カスタードデニッ
	チンゲン菜とコーンの塩だれ炒め	チンゲン菜
		赤ピーマン
		コーン
		塩だれ
		ごま油
	コーヒー牛乳	
		コーヒー牛乳
昼食	米飯	
		米
	鰯の梅照焼き	さわら
		酒
		本みりん
		しょうゆ
		砂糖
		しょうゆ
		梅干し
		本みりん
		片栗粉
		はくさい
		白ごま
		しょうゆ
		本みりん
	竹輪とコンニャクの煮物	竹輪
		板こんにゃく
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
		グリーンピース
	みそ汁 (だいこん)	
		大根
		きざみ揚げ
		ねぎ
		みそ
		だしの素
夕食	おにぎり (ふりか)	
		米
		のりたまふりかけ
	冷やし牛たまそば	
		そば
		牛かたローススライ
		砂糖
		しょうゆ
		サラダ油
		鶏卵
		きゅうり
		きざみのり
		めんつゆ
	スナッペンとうとじゃこの炒め	スナッペンとう
		しらす
		おろしにんにく
		オリーブ油
		食塩
		こしょう
		しょうゆ
	ゼリー	
		白桃ゼリー

2018/08/06(月)

朝食	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	スクランブルエッグ	
		鶏卵
		ベーコン
		ミックスベジタブル
		牛乳
		コンソメ
		トマトケチャップ
		サラダ菜
	飲むヨーグルト	
		飲むヨーグルト
昼食	米飯	
		米
	白身魚のから揚げ胡瓜ソースかけ	
		たら
		酒
		おろししょうが
		本みりん
		片栗粉
		白絞油
		たまねぎ
		赤ピーマン
		きゅうり
		砂糖
		しょうゆ
		ごま油
		片栗粉
		サラダ菜
		キャベツ
		サウザンアイランド
		ドレッシング
		トマト
	ほうれんそうのなめたけ和え	ほうれんそう
		人参
		ロースハム
		なめ茸
		しょうゆ
	すまし汁 (しめじ・生ふ)	
		しめじ
		生ふ
		みつば
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	豚肉の辛し炒め	
		豚ももスライス
		いんげん
		人参
		緑豆もやし
		砂糖
		しょうゆ
		からし
		サラダ菜
		ズッキーニ
		食塩
		こしょう
		粉チーズ
		オリーブ油
		クリンクルカットポ
		テト
		食塩
	焼きなす	
		焼なす
		おろししょうが
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
	中華スープ (しろ)	
		しろな
		人参
		コーン
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ

2018/08/07(火)

朝食	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	小松菜のウインナー炒め	
		小松菜
		人参
		ポークウインナー
		食塩
		こしょう
		しょうゆ
		サラダ油
	ジュース	
		オレンジジュース
昼食	米飯	
		米
	ハンバーグ(デミグラスソース)	
		合挽ミンチ
		たまねぎ
		鶏卵
		パン粉
		牛乳
		デミグラスソース
		トマトケチャップ
		トンカツソース
		チンゲン菜
		コーン
		無塩バター
		食塩
		こしょう
		人参
		食塩
		こしょう
		オリーブ油
	和風サラダ(大根・ハム)	
		大根
		人参
		かいわれだいこん
		ロースハム
		糸かつお
		食塩
		こしょう
		ノンオイル和風ドレッシング
	コンソメスープ(白菜・人参)	
		はくさい
		人参
		コンソメ
		こしょう
		しょうゆ
夕食	米飯	
		米
	鯖の梅煮	
		さば
		梅干し
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		酒
		本みりん
		一口がんも
		長芋
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	アスパラの土佐和え	
		グリーンアスパラ
		かに風味かまぼこ
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(とろろ昆布)	
		とろろ昆布
		ハンペン
		みつば
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		だしの素

2018/08/08(水)

朝食	パン食	
		チョコツイスト
	ほうれん草のガーリックソテー	
		ほうれんそう
		人参
		ベーコン
		おろしにんにく
		しょうゆ
		サラダ油
	牛乳	
		牛乳
昼食	夏野菜カレー	
		米
		鶏もも肉
		たまねぎ
		人参
		なす
		ズッキーニ
		トマト
		おろししょうが
		サラダ油
		カレールウ
		カレー粉
		りんご
		福神漬
	コールスローサラダ(ハム)	
		キャベツ
		きゅうり
		人参
		ロースハム
		食塩
		こしょう
		コールスロードレッシング
	フルーツ(すいか)	
		すいか
夕食	米飯	
		米
	伏見卵	
		鶏卵
		厚揚げ
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
		人参
		みつば
		水
		食塩
		しょうゆ
		だしの素
		いんげん
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
		かぼちゃ
		食塩
		こしょう
		カレー粉
	みぞれ和え(白菜)	
		はくさい
		人参
		みつば
		大根おろし
		ポン酢
	みそ汁(たまねぎ)	
		たまねぎ
		手まりふ
		みそ
		だしの素

2018/08/09(木)

朝食	ホットケーキ	
		ホットケーキミックス
		鶏卵
		牛乳
		無塩バター
		ホイップクリーム
		メープルシロップ
		びわ缶
		キウイフルーツ
	ヨーグルト	
		ヨーグルト
	紅茶(ミルク)	
		紅茶
		牛乳
		グラニュー糖
昼食	米飯	
		米
	鯖の西京チーズ焼き	
		さわら
		白みそ
		みそ
		砂糖
		粉チーズ
		小松菜
		人参
		からし
		しょうゆ
		本みりん
	野菜の卵とじ	
		チンゲン菜
		たまねぎ
		人参
		だしの素
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		鶏卵
	すまし汁(冬瓜・人参)	
		とうがん
		人参
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	揚げ出し豆腐そぼろあんかけ	
		揚げ出し豆腐
		白絞油
		長芋
		春菊
		人参
		たけのこ
		とりミンチ
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
		片栗粉
	中華風ソテー	
		はるさめ
		小松菜
		人参
		ササミ
		ごま油
		砂糖
		しょうゆ
		トウバンジャン
	みそ汁(なす)	
		なす
		きざみ揚げ
		ねぎ
		みそ
		だしの素

2018/08/10(金)

朝食		神戸イリス献立表 2018/8/1(水)~8/8/	
		食パン	
		いちごジャム	
	ウインナーソーテー		
		キャベツ	
		ポークウインナー	
		たまねぎ	
		無塩バター	
		食塩	
		こしょう	
		コンソメ	
		しょうゆ	
	牛乳		
		牛乳	
昼食	米飯		
		米	
	チンジャオロースー		
		牛かたローススライ	
		酒	
		ピーマン	
		赤ピーマン	
		黄ピーマン	
		たけのこ	
		ごま油	
		鳥がらスープ	
		オイスターソース	
		しょうゆ	
		片栗粉	
		サニーレタス	
	餃子		
		餃子	
		緑豆もやし	
		ポン酢	
	コンソメスープ(ほうれんそう)		
		ほうれんそう	
		コーン	
		コンソメ	
		こしょう	
		しょうゆ	
夕食	米飯		
		米	
	白身魚の大和蒸し		
		赤魚	
		食塩	
		長いもとろろ	
		卵白	
		人参	
		かぼちゃ	
		菜の花	
		だしの素	
		食塩	
		しょうゆ	
		本みりん	
		片栗粉	
	味噌炒め(エリン)		
		えりんぎ	
		つきこんにやく	
		みそ	
		砂糖	
		しょうゆ	
		青のり	
	すまし汁(ゆば)		
		ゆば	
		わかめ	
		みつば	
		しょうゆ	
		食塩	
		本みりん	
		だしの素	

2018/08/11(土)

朝食		パン食	
		エッグパン	
	ポテトサラダ		
		ポテトサラダ	
		サニーレタス	
	コーヒー牛乳		
		コーヒー牛乳	
昼食	おにぎり(ゆかり)		
		米	
		ゆかり	
	冷やし鶏天うどん		
		うどん	
		鶏むね肉	
		食塩	
		小麦粉	
		鶏卵	
		白絞油	
		かに風味かまぼこ	
		きゅうり	
		きざみのり	
		めんつゆ	
	ハムエッグ甘酢あんかけ		
		鶏卵	
		ロースハム	
		サラダ油	
		たまねぎ	
		赤ピーマン	
		黄ピーマン	
		砂糖	
		穀物酢	
		しょうゆ	
		片栗粉	
	ゼリー		
		オレンジゼリー	
夕食	米飯		
		米	
	エビの五目煮		
		むきえび	
		人参	
		糸こんにやく	
		はくさい	
		キヌサヤ	
		砂糖	
		しょうゆ	
		本みりん	
		だしの素	
	おろし和え(厚揚げ)		
		厚揚げ	
		大根おろし	
		きゅうり	
		ポン酢	
	みそ汁(えりんぎ・きぬさや)		
		えりんぎ	
		キヌサヤ	
		みそ	
		だしの素	

2018/08/12(日)

朝食		米飯	
		米	
	里芋の煮つけ		
		さといも	
		人参	
		しいたけ	
		砂糖	
		しょうゆ	
		だしの素	
		本みりん	
	みそ汁(春菊)		
		春菊	
		手まりふ	
		みそ	
		だしの素	
	梅びしお		
		梅びしお	
昼食	米飯		
		米	
	スパニッシュオムレ		
		鶏卵	
		牛乳	
		粉チーズ	
		砂糖	
		食塩	
		こしょう	
		ほうれんそう	
		じゃがいも	
		人参	
		たまねぎ	
		ロースハム	
		サラダ油	
		トマトケチャップ	
		レッドキャベツ	
		穀物酢	
		砂糖	
		ブチトマト	
	たらこスパゲティー		
		スパゲティ	
		たまねぎ	
		からしめんたいこ	
		無塩バター	
		しょうゆ	
		きざみのり	
	きのこスープ		
		えのき	
		しいたけ	
		コンソメ	
		しょうゆ	
		パセリ	
夕食	米飯		
		米	
	豚肉の韓国風生姜焼		
		豚ももスライス	
		おろししょうが	
		酒	
		たまねぎ	
		人参	
		コチュジャン	
		砂糖	
		しょうゆ	
		本みりん	
		サラダ菜	
		ホワイトアスパラ	
		食塩	
		黒こしょう	
		オリーブ油	
		さつまいも	
	錦和え		
		ほうれんそう	
		はくさい	
		錦糸卵	
		人参	
		しょうゆ	
		本みりん	
	すまし汁(オクラ)		
		オクラ	
		とろろ昆布	
		みつば	
		食塩	
		しょうゆ	
		本みりん	
		だしの素	

2018/08/13(月)

	食パン
	バターブレンド
オムレツのミート	ミートオムレツ
	ミートソース
	粉チーズ
	サラダ菜
牛乳	牛乳

8月13日昼食～8月16日朝食までお休みです

2018/08/16(木)

朝食	米飯	米
	鮭のチリマヨボパイ	鮭
	焼き	酒
		本みりん
		しょうゆ
		ほうれんそう
		人参
		マヨネーズ
		チリソース
		カリフラワー
		白ごま
		しょうゆ
		本みりん
	五目春雨	
		はるさめ
		むぎえび
		たまねぎ
		人参
		いんげん
		ごま油
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
	みそ汁(さといも)	さといも
		むきえだまめ
		みそ
		だしの素
夕食	米飯	米
	チキンのり巻き	焼きのり
		とりミンチ
		たまねぎ
		パン粉
		鶏卵
		みそ
		チンゲン菜
		赤ピーマン
		食塩
		こしょう
		無塩バター
		ズッキーニ
		食塩
		こしょう
		粉チーズ
		オリーブ油
	長芋の梅肉かけ	長芋
		だしの素
		しょうゆ
		梅肉
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(エビボール)	エビボール
		みつば
		しょうゆ
		食塩
		本みりん
		だしの素

2018/08/17(金)

朝食	パン食	チーズハムロール
	フルーツ(なし・黄桃缶)	なし
		黄桃缶
	牛乳	牛乳
昼食	米飯	米
	豚のかぼちゃ巻きフライ	豚ももスライス
		かぼちゃ
		ミックスベジタブル
		カレー粉
		小麦粉
		鶏卵
		パン粉
		白絞油
		ウスターソース
		サラダ菜
		キャベツ
		ノンオイル青じそドレッシング
		トマト
	白菜と錦糸卵の和え	はくさい
		人参
		錦糸卵
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(しめじ・わかめ)	わかめ
		しめじ
		みつば
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		だしの素
夕食	米飯	米
	鯔の中華マリネ風	あじ
		穀物酢
		砂糖
		しょうゆ
		きゅうり
		人参
		たまねぎ
		ごま油
		ホワイトアスパラ
		食塩
		こしょう
		カレー粉
		オリーブ油
	大根とイカの中華煮	大根
		いか
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
		むきえだまめ
	セロリのスープ	セロリ
		人参
		コンソメ
		しょうゆ
		パセリ

2018/08/18(土)

朝食	米飯	米
	卵焼き	だし巻き卵 春菊 しょうゆ 本みりん
	みそ汁(じゃがい)	じゃがいも たまねぎ みそ だしの素
	のり佃煮	のり佃煮
昼食	鶏そぼろご飯	米 とりミンチ 人参 おろししょうが 砂糖 しょうゆ きゅうり 白ごま みょうが
	鯖の塩焼き	さば 食塩 はじかみ 大根おろし しょうゆ
	ツナじゃが	じゃがいも ツナフレーク 人参 糸こんにゃく 砂糖 しょうゆ だしの素 本みりん グリーンピース
	赤だし汁(えのき)	えのき わかめ みつば 赤みそ だしの素
夕食	ゆかりご飯	米 ゆかり
	お好み焼き	豚バラスライス むきえび キャベツ ねぎ 長いもとろろ 天かす 粉かつお 小麦粉 鶏卵 牛乳 サラダ油 トンカツソース 本みりん 青のり 紅生姜
	フルーツ(メロン)	メロン
	すまし汁(焼き豆)	焼き豆腐 さきがきごぼう かいわれだいこん しょうゆ 本みりん 食塩 だしの素

2018/08/19(日)

朝食	パン食	食パン バターブレンド
	チンゲン菜と卵の炒め物	チンゲン菜 たまねぎ 鶏卵 サラダ油 食塩 こしょう しょうゆ
	ジュース	りんごジュース
昼食	米飯	米
	インド風焼肉	豚ももスライス たまねぎ 人参 ピーマン トマトケチャップ カレー粉 食塩 こしょう しょうゆ サラダ菜 グリーンアスパラ 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 砂糖
	竹輪ときのこの炒りつけ	竹輪 しめじ しいたけ いんげん 砂糖 しょうゆ サラダ油
	みそ汁(もやし)	緑豆もやし きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素
夕食	米飯	米
	白身魚の白菜クリームソースかけ	赤魚 食塩 こしょう はくさい ミックスベジタブル ホワイトルウ 食塩 こしょう プロッコリー 食塩
	手作りスパゲティサラダ	スパゲティ 人参 きゅうり ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ しょうゆ
	コンソメスープ(キャベツ)	キャベツ 人参 コンソメ こしょう しょうゆ

2018/08/20(月)

朝食	パン食	カスタードリングパ
	小松菜と竹輪とコーンのソテー	小松菜 竹輪 人参 コーン 食塩 こしょう しょうゆ サラダ油
	牛乳	牛乳
昼食	米飯	米
	鮭のマヨキムチ焼き	鮭 酒 本みりん しょうゆ マヨネーズ はくさいキムチ 砂糖 粉チーズ 大根 白ごま しょうゆ 本みりん
	もやし炒め	緑豆もやし 人参 にら 豚ももスライス 食塩 こしょう 砂糖 しょうゆ ごま油
	すまし汁(ちゃそ)	茶そば きざみ揚げ きざみのり だしの素 食塩 しょうゆ 本みりん
夕食	三色丼	米 とりミンチ サラダ油 砂糖 しょうゆ いんげん 砂糖 しょうゆ ごま油 鶏卵 食塩 サラダ油 紅生姜
	冷奴	絹ごし豆腐 ねぎ おろししょうが 糸かつお しょうゆ
	フルーツ(なし・キウイ)	なし キウイフルーツ
	赤だし汁(なめこ)	なめこ わかめ みつば 赤みそ だしの素

2018/08/21(火)

2018/08/21(火)		2018/8/1(水)~8/	
朝食	神戸イリス献立表	米	
	煮浸し(チンゲン菜)	チンゲン菜	
		つきこんにゃく	
		人参	
		砂糖	
		しょうゆ	
		だしの素	
		本みりん	
	みそ汁(かぼちゃ)	かぼちゃ	
		きざみ揚げ	
		みそ	
		だしの素	
	ふりかけ	のりたまふりかけ	
昼食	米飯	米	
	ぼっかけコロッケ	じゃがいも	
		牛すじぼっかけ	
		たまねぎ	
		小麦粉	
		鶏卵	
		パン粉	
		白絞油	
		トンカツソース	
		キャベツ	
		ノンオイル和風ドレッシング	
		トマト	
	煮浸し(ずいき)	ずいき	
		きざみ揚げ	
		人参	
		砂糖	
		しょうゆ	
		だしの素	
		本みりん	
	すまし汁(春菊)	春菊	
		ひらてん	
		だしの素	
		食塩	
		しょうゆ	
		本みりん	
夕食	米飯	米	
	鶏のピガラードソースかけ	鶏もも肉	
		食塩	
		こしょう	
		グラニュー糖	
		白ワインビネガー	
		オレンジジュース	
		オレンジ	
		片栗粉	
		りんご	
		砂糖	
		無塩バター	
		プロッコリー	
		食塩	
	エビのサラダ	むきえび	
		緑豆もやし	
		きゅうり	
		わかめ	
		トマト	
		ノンオイル青じそドレッシング	
	オクラのスープ	オクラ	
		人参	
		コンソメ	
		しょうゆ	
		こしょう	

2018/08/22(水)

2018/08/22(水)		2018/08/23(木)	
朝食	ホットケーキ	ホットケーキミックス	
		鶏卵	
		牛乳	
		無塩バター	
		ホイップクリーム	
		チョコソース	
		びわ缶	
		白桃缶	
	ヨーグルト	ヨーグルト	
	紅茶	紅茶	
		グラニュー糖	
昼食	とんこつラーメン	中華めん	
		焼き豚	
		なると	
		緑豆もやし	
		鶏卵	
		ねぎ	
		白湯ラーメンスープ	
	いか焼売	いか焼売	
		小松菜	
		ポン酢	
	小籠包	小籠包	
		サラダ菜	
	杏仁豆腐	杏仁豆腐	
		マンゴー缶	
夕食	米飯	米	
	野菜入りハンバーグ	合挽ミンチ	
		たまねぎ	
		人参	
		なす	
		パン粉	
		鶏卵	
		牛乳	
		トマトケチャップ	
		トンカツソース	
		ホワイトアスパラ	
		食塩	
		こしょう	
		無塩バター	
		プチトマト	
	わさび和え(白菜)	はくさい	
		焼き豚	
		かいわれだいこん	
		わさび	
		しょうゆ	
		本みりん	
	すまし汁(ほうれんそう)	ほうれんそう	
		ふ	
		食塩	
		しょうゆ	
		だしの素	
		本みりん	

2018/08/23(木)

2018/08/23(木)		2018/08/23(木)	
朝食	パン食	コーンデニッシュ	
	キャベツとウインナーのスープ煮	キャベツ	
		たまねぎ	
		ポークウインナー	
		人参	
		食塩	
		こしょう	
		コンソメ	
		しょうゆ	
		パセリ	
	コーヒー牛乳	コーヒー牛乳	
昼食	牛肉とごぼうの混ぜご飯	米	
		牛かたローズスライ	
		ささがきごぼう	
		かいわれだいこん	
		砂糖	
		しょうゆ	
		サラダ油	
		紅生姜	
	五目蒸し卵	鶏卵	
		ひじき	
		人参	
		キヌサヤ	
		かに風味かまぼこ	
		砂糖	
		しょうゆ	
		だしの素	
		本みりん	
		水	
		食塩	
		しょうゆ	
		大根	
		梅肉	
		砂糖	
		しょうゆ	
	長芋短冊和え	長芋	
		穀物酢	
		砂糖	
		しょうゆ	
		青のり	
	みそ汁(たけのこ)	たけのこ	
		きざみ揚げ	
		ねぎ	
		みそ	
		だしの素	
夕食	米飯	米	
	鰻のごま味噌焼き	さわら	
		みそ	
		砂糖	
		白ごま	
		酒	
		本みりん	
		しろな	
		糸かつお	
		からし	
		しょうゆ	
		本みりん	
	ふきとひらてんの煮	ふき	
		人参	
		ひらてん	
		砂糖	
		しょうゆ	
		本みりん	
		だしの素	
	すまし汁(そうめ)	そうめん	
		生ふ	
		みつば	
		だしの素	
		食塩	
		しょうゆ	
		本みりん	

2018/08/24(金)

		食パン
		バターブレンド
	アスパラのソテー	
		グリーンアスパラ
		たまねぎ
		ロースハム
		無塩バター
		食塩
		黒こしょう
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	白身魚のそぼろ焼	
		なます
		食塩
		こしょう
		合挽ミンチ
		ほうれんそう
		人参
		砂糖
		しょうゆ
		サラダ油
		シュレッドチーズ
		カリフラワー
		ベーコン
		コールスロードレッシング
	みぞれ和え(小松)	
		小松菜
		人参
		かに風味かまぼこ
		大根おろし
		ポン酢
	みそ汁(はくさい)	
		はくさい
		きざみ揚げ
		みそ
		だしの素
夕食	おにぎり(塩こぶ)	
		米
		塩昆布
	冷やしサラダうどん	
		うどん
		ツナフレーク
		マヨネーズ
		たまねぎ
		かいわれだいこん
		レタス
		きざみのり
		系かつお
		めんつゆ
	なすとピーマンの味噌炒め	
		なす
		とりミンチ
		ピーマン
		赤ピーマン
		黄ピーマン
		砂糖
		みそ
		しょうゆ
		サラダ油
	冬瓜のエビあんかけ	
		とうがん
		むきえび
		キヌサヤ
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
		片栗粉

2018/08/25(土)

	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	オムレツのクリームソースかけ	
		ミートオムレツ
		ホワイトルウ
		ミックスベジタブル
		食塩
		こしょう
		牛乳
	ジュース	
		りんごジュース
昼食	米飯	
		米
	牛肉と野菜の和風や	
		牛かたローススライ
		水菜
		人参
		黄ピーマン
		砂糖
		しょうゆ
		本みりん
		サラダ菜
		いんげん
		砂糖
		しょうゆ
		ごま油
		じゃがいも
		食塩
		こしょう
		粉チーズ
	土佐和え(胡瓜)	
		きゅうり
		人参
		緑豆もやし
		系かつお
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(えりんぎ・人参)	
		えりんぎ
		人参
		みつば
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	白身魚のから揚げ明太ソースかけ	
		メルルーサ
		酒
		おろししょうが
		片栗粉
		白絞油
		のざわな漬
		からしめんたいこ
		砂糖
		しょうゆ
		ごま油
		片栗粉
		サラダ菜
		ズッキーニ
		食塩
		こしょう
		カレー粉
		オリーブ油
		人参
		砂糖
		無塩バター
	中華風ソテー(ちんげんさい)	
		チンゲン菜
		人参
		むきえび
		ごま油
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
	トマトの華風スープ	
		トマト
		干しえび
		たまねぎ
		シャンタン
		しょうゆ
		パセリ

2018/08/26(日)

朝食	パン食	
		ビーフコロッケパン
	フルーツ(バナナ)	
		バナナ
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	白身魚のしゃぶしゃぶ風	
		たら
		絹ごし豆腐
		はくさい
		人参
		マロニー
		春菊
		えのき
		エビボール
		大根おろし
		ポン酢
	焼ナスのそぼろあんかけ	
		焼なす
		とりミンチ
		砂糖
		しょうゆ
		ごま油
		片栗粉
		みつば
	すまし汁(ささごぼう)	
		ささがきごぼう
		生ふ
		みつば
		しょうゆ
		本みりん
		食塩
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	鶏のはちみつケチャップ焼き	
		鶏もも肉
		小麦粉
		トマトケチャップ
		はちみつ
		粒入りマスタード
		しょうゆ
		グリーンアスパラ
		黄ピーマン
		食塩
		こしょう
		オリーブ油
		かぼちゃ
		食塩
		山椒粉
	ほうれんそうと錦糸卵の和え物	
		ほうれんそう
		人参
		錦糸卵
		しょうゆ
		本みりん
	みそ汁(長芋・枝)	
		むきえだまめ
		長芋
		だしの素
		みそ

2018/08/27(月)

朝食	神戸イリス献立表	2018/8/1(水)~8/8/
	米	
卵焼き	だし巻き卵	
	小松菜	
	しょうゆ	
	本みりん	
みそ汁(さつまい)	さつまいも	
	手まりふ	
	みそ	
	だしの素	
梅びしお	梅びしお	
昼食	なめしご飯	
	米	
	菜めしの素	
冷やし豚おろしうど	うどん	
	豚ももスライス	
	だしの素	
	砂糖	
	しょうゆ	
	本みりん	
	大根おろし	
	かまぼこ	
	きざみのり	
	めんつゆ	
筑前煮	鶏もも肉	
	大根	
	ごぼう	
	人参	
	れんこん	
	板こんにゃく	
	しいたけ	
	砂糖	
	しょうゆ	
	本みりん	
	だしの素	
	キヌサヤ	
ぶどう寒天	ぶどうジュース	
	粉寒天	
	砂糖	
	ホイップクリーム	
夕食	米飯	
	米	
白身魚のカレーポテト焼き	カラスカレイ	
	食塩	
	じゃがいも	
	食塩	
	こしょう	
	マヨネーズ	
	カレー粉	
	パセリ	
	ホワイトアスパラ	
	黒ごま	
	しょうゆ	
	本みりん	
イカの塩炒め	いか	
	ブロッコリー	
	塩だれ	
	ごま油	
胡瓜の冷製スープ	きゅうり	
	たまねぎ	
	じゃがいも	
	牛乳	
	コンソメ	
	食塩	
	生クリーム	

2018/08/28(火)

朝食	パン食	
		食パン
		りんごジャム
	きのこウインナーのソテー	きのこミックス
		ポークウインナー
		食塩
		こしょう
		しょうゆ
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト
昼食	米飯	米
	鮭の菜種やき	鮭
		酒
		本みりん
		しょうゆ
		鶏卵
		みそ
		砂糖
		酒
		本みりん
		ほうれんそう
		白ごま
		からし
		しょうゆ
		本みりん
	白菜とシーチキンの煮物	はくさい
		ツナフレーク
		人参
		キヌサヤ
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	すまし汁(湯葉・春菊)	春菊
		ゆば
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
夕食	米飯	米
	ロールビーフ	米
		牛かたローススライ
		人参
		じゃがいも
		いんげん
		コンソメ
		トマトケチャップ
		砂糖
		しょうゆ
		サラダ菜
		緑豆もやし
		ビーマン
		食塩
		こしょう
		サラダ油
		人参
		食塩
		こしょう
		粉チーズ
	春雨とカニカマの炒め物	はるさめ
		かに風味かまぼこ
		たまねぎ
		にら
		人参
		おろししょうが
		おろしにんにく
		ごま油
		鳥がらスープ
		オイスターソース
		しょうゆ
	コンソメスープ(コーン)	コーン
		オクラ
		コンソメ
		こしょう
		しょうゆ

2018/08/29(水)

朝食	パン食	
		明太チーズコッペパ
	ほうれん草のガーリックソテー	ほうれんそう
		人参
		ロースハム
		おろしにんにく
		しょうゆ
		サラダ油
	コーヒー牛乳	コーヒー牛乳
昼食	米飯	米
	鶏の梅南蛮漬け	鶏もも肉
		酒
		片栗粉
		白絞油
		穀物酢
		砂糖
		しょうゆ
		梅干し
		サラダ菜
		キャベツ
		金ゴマドレッシング
		トマト
	ごま和え(なす)	なす
		しらす
		白ごま
		しょうゆ
		本みりん
	すまし汁(しろな)	しろな
		ふ
		食塩
		しょうゆ
		本みりん
		だしの素
夕食	米飯	米
	八宝菜	豚バラスライス
		むきえび
		いか
		たまねぎ
		はくさい
		人参
		しいたけ
		かまぼこ
		キヌサヤ
		しょうゆ
		鳥がらスープ
		コンソメ
		片栗粉
		ごま油
	中華スープ(はるさめ、人参)	はるさめ
		人参
		かいわれだいこん
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
	フルーツポンチ	パイナップル缶
		白桃缶
		みかん缶
		キウイフルーツ

2018/08/30(木)

		食パン
		バターブレンド
	野菜の焼肉のたれ炒	
		しろな
		ササミ
		人参
		たまねぎ
		食塩
		こしょう
		焼肉のたれ
		サラダ油
	牛乳	
		牛乳
昼食	米飯	
		米
	パンプキンオムレツ	
		鶏卵
		かぼちゃ
		ミックスベジタブル
		合挽ミンチ
		サラダ油
		トマトケチャップ
		トンカツソース
		ブロッコリー
		ロースハム
		コールスロードレッシング
	チンゲン菜のオイスターソース炒め	
		チンゲン菜
		たけのこ
		人参
		むきえび
		おろししょうが
		食塩
		こしょう
		オイスターソース
		しょうゆ
		ごま油
	冬瓜のスープ	
		とうがん
		白ごま
		鳥がらスープ
		コンソメ
		しょうゆ
夕食	米飯	
		米
	肉豆腐	
		木綿豆腐
		牛かたローススライ
		ささがきごぼう
		春菊
		人参
		マロニー
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	大根の梅かつお和え	
		大根
		梅干し
		糸かつお
		しょうゆ
		本みりん
	みそ汁(ふ・えの)	
		えのき
		ふ
		ねぎ
		みそ
		だしの素

2018/08/31(金)

朝食	パン食	
		食パン
		バターブレンド
	野菜のポトフスープ	
		キャベツ
		人参
		セロリ
		たまねぎ
		コンソメ
		食塩
		こしょう
	ジュース	
		オレンジジュース
昼食	五目鶏寿司	
		米
		鶏もも肉
		糸こんにゃく
		人参
		ささがきごぼう
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		錦糸卵
		きざみのり
		キヌサヤ
		穀物酢
		砂糖
		食塩
		紅生姜
	アスパラのかきあげ	
		むきえび
		たまねぎ
		グリーンアスパラ
		小麦粉
		鶏卵
		白絞油
		サラダ菜
		しょうゆ
	切干大根煮物	
		切干し大根
		人参
		きざみ揚げ
		砂糖
		しょうゆ
		だしの素
		本みりん
	赤だし汁(あさり)	
		あさりむき身
		わかめ
		みつば
		赤みそ
		だしの素
夕食	米飯	
		米
	鯖のマスタードパン粉焼き	
		さば
		食塩
		こしょう
		マヨネーズ
		粒入りマスタード
		パン粉
		粉チーズ
		パセリ
		オクラ
		食塩
		こしょう
		無塩バター
	ピーナツ和え(小松菜)	
		小松菜
		人参
		かに風味かまぼこ
		ピーナツ和えの素
		しょうゆ
	みそ汁(さといも)	
		さといも
		ひらてん
		ねぎ
		みそ
		だしの素