

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年8月【常食】

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜とベーコンのソテー チンゲンサイ ベーコン にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 コーヒー牛乳	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム しろなのコンソメスープ煮 しろな 竹輪 にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール フルーツ(フルーツカクテル) フルーツカクテル缶 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのことベーコンのソテー きのこミックス ベーコン 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド スパゲティサラダ フルーツジュース まろやかフルーツジュース	菓子パン(メロンパン) メロンパン フルーツ(りんご・オレンジ) りんご オレンジ 牛乳	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム しろなとワインナーのソテー しろな ポークウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳
	米飯 米 魚の金山寺みそ焼き 鯖 食塩 にんじん ささかきごぼう レンコン みつば 金山寺みそ 上白糖	米飯 米 鶏のキムマヨタマ焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 はくさいキムチ マヨネーズ パセリ	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 冷やし牛おろしうどん うどん 牛かたろースライス 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 大根おろし かまぼこ きざみのり めんつゆ	米飯 米 魚の梅煮 鯖 梅干し 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん がんもどき いんげん 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	中華丼 米 豚ももスライス エビ イカ はくさい にんじん たまねぎ しいたけ かまぼこ うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが	米飯 米 豚のなすロールフライ 豚ももスライス にんじん なす 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース サラダ油	米飯 米 白身魚のムニエル たら みじん 食塩 こしょう 薄力粉 食塩不使用バター レモン 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター 鶏のカレークリームパスタ スパゲティ 鶏もも肉 たまねぎ 食塩 こしょう コンソメ 動物性生クリーム カレー粉 食塩不使用バター プロコロー
昼食	添え物(白菜・かつおわさび) はくさい にんじん 糸かつお うすくちしょうゆ わさび みりん	添え物(チンゲン菜・なす) チンゲンサイ ごま こいくちしょうゆ みりん なす 食塩 こしょう	厚揚げの明太子焼き 厚揚げ からしめんたいこ マヨネーズ サラダ油	酢の物(物ニカマ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	天婦羅 大焼売 味噌 フルーツ(スイカ) すいか コンソメスープ(小松菜)	添え物(キャベツソテー・カリフラワー) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう サラダ油 カリフラワー ノンオイル和風ドレッシング	しらす和え(ほうれん草) ほうれん草 にんじん こまつな しらす うすくちしょうゆ みりん
	ナムル風 ほうれん草 合挽ミンチ にんじん ごま 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油	もやしとカニカマの土佐和え りよくとうもやし きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ごま油	ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	みそ汁(ごぼう・芋) ささかきごぼう 豚ばらスライス さつまいも ねぎ みそ だしの素	大焼売 味噌 フルーツ(スイカ) すいか コンソメスープ(小松菜)	添え物(キャベツソテー・カリフラワー) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう サラダ油 カリフラワー ノンオイル和風ドレッシング	すまし汁(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
夕食	かきたま汁 鶏卵 ふ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	コーンスープ クリームコーン たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 白身魚のけんちん焼き ホキ 食塩 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 エダマ・パウダーチーズ 鶏卵	米飯 米 鶏のチーズピカタ 鶏もも肉 薄力粉 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 エダマ・パウダーチーズ 鶏卵	米飯 米 白身魚のハニーマスタードかば焼 なます 薄力粉 はちみつ 粒マスタード こいくちしょうゆ 添え物(いんげんピーナツ和え) いんげん ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	米飯 米 しゃぶしゃぶ風(牛肉) 牛かたろースライス 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 カニシューマイ 添え物(アスパラ・カレーマッシュ) グリーンアスパラガス 食塩 大根おろし だしの素	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 絹ごし豆腐 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが さつまいもきんぴら さつまいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味
	和風サラダ(じゃがいも) じゃがいも にんじん きゅうり たらこ 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ	いり豆腐(豚肉) 木綿豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ	添え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	添え物(アスパラ・カレーマッシュ) グリーンアスパラガス 食塩 大根おろし だしの素	米飯 米 白身魚のハニーマスタードかば焼 なます 薄力粉 はちみつ 粒マスタード こいくちしょうゆ 添え物(いんげんピーナツ和え) いんげん ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ	米飯 米 しゃぶしゃぶ風(牛肉) 牛かたろースライス 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 カニシューマイ 添え物(アスパラ・カレーマッシュ) グリーンアスパラガス 食塩 大根おろし だしの素	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 絹ごし豆腐 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが さつまいもきんぴら さつまいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味
みそ汁(そめん) そめん きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	すまし汁(春菊・お花の豆腐) 春菊 お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	かぼちゃのツナ煮 かぼちゃ ツナ缶詰 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	のりかか和え ほうれん草 ツナ缶詰 にんじん きざみのり 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	みそ汁(しろな・えのき) しろな えのき みそ だしの素	米飯 米 しゃぶしゃぶ風(牛肉) 牛かたろースライス 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 カニシューマイ 添え物(アスパラ・カレーマッシュ) グリーンアスパラガス 食塩 大根おろし だしの素	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 絹ごし豆腐 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが さつまいもきんぴら さつまいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味	
		みそ汁(もやし・ベーコン) りよくとうもやし ベーコン ねぎ みそ だしの素	コンソメスープ(ズッキーニ・ハム) ズッキーニ ロースハム コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	みそ汁(しろな・えのき) しろな えのき みそ だしの素	米飯 米 しゃぶしゃぶ風(牛肉) 牛かたろースライス 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 カニシューマイ 添え物(アスパラ・カレーマッシュ) グリーンアスパラガス 食塩 大根おろし だしの素	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 絹ごし豆腐 食塩 うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが さつまいもきんぴら さつまいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味	

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年 8月【常食】

	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝 食	食パン(バター) 食パン バターブレンド	菓子パン(ウインナーパン) 美味すぎるウインナーパン	食パン(バター) 食パン バターブレンド	食パン(バター) 食パン バターブレンド	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード	菓子パン(ブルコギマヨパン) ブルコギマヨパン	お 休 み
	アスパラのシーチキン炒め グリーンアスパラガス ツナ缶詰 にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	大根のスープ煮 大根 にんじん 冷凍 コンソメ 食塩 こしょう バセリ	みかんゼリー みかんゼリー	オムレツミートソースかけ オムレツ ミートソース エダムパウダーチーズ	ヨーグルト ヨーグルト	フルーツ(バナナ) バナナ	
	牛乳 牛乳	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	牛乳 牛乳	フルーツジュース まろやかフルーツジュース	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	
昼 食	しば漬けご飯(小) 米 しば漬け	夏野菜カレー 米 鶏もも肉 たまねぎ かぼちゃ なす ズッキーニ トマト おろししょうが サラダ油 カレーパウ カレー粉 りんご 福神漬	米飯 米 ささみのキムチチーズ天ぷら ささ身 スライスチーズ はくさいキムチ 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 こいくちしょうゆ	米飯 米 鮭のマヨカレ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ カレー粉	米飯 米 豚肉のおろし和え 豚ももスライス にんじん きゅうり 大根おろし 味ぽん こいくちしょうゆ サラダ油	お 休 み	お 休 み
	冷やしきのこトロロうどん うどん 長芋トロロ なめ茸 きゅうり かに風味かまぼこ まぎみのり めんつゆ	コールスローサラダ(ハム) キャベツ にんじん きゅうり ロースハム 食塩 こしょう コールスロドレッシング	添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ りんご フレッシュ ミニトマト	添え物(アスパラごまあえ) グリーンアスパラガス ごま こいくちしょうゆ みりん	添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド トマトケチャップ チリソース		
	ベーコン巻き ベーコン いんげん マヨネーズ	フルーツヨーグルト プレーンヨーグルト みかん缶詰 白桃缶詰 上白糖	煮びたし(すいき) すいき まぎみ揚げ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	レンコンの炒め物 レンコン 竹輪 にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	なすとピーマンのみそ炒め なす 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏ひき肉 上白糖 みそ こいくちしょうゆ サラダ油		
	大根とさつま揚げの煮物 大根 さつま揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素		みそ汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 ふ みそ だしの素	みそ汁(豆腐・あげ) 七味 豆腐 まぎみ揚げ ねぎ みそ だしの素	すまし汁(厚揚げ・ゆで卵) 厚揚げ 鶏卵 みつば みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素		
夕 食	米飯 米 枝豆ハンバーグ 鶏ひき肉 たまねぎ むき枝豆 パン粉 鶏卵 牛乳 食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉	米飯 米 伏見卵 鶏卵 厚揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素	米飯 米 魚の梅肉焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 大葉 ごま	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 塩焼きそば 中華麺 豚ももスライス エビ イカ キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが	ひじきの炊き込みご飯 米 ひじき にんじん 小柱(イタヤ貝) まぎみ揚げ むき枝豆 食塩 うすくちしょうゆ だしの素	お 休 み	お 休 み
	添え物(もやし・青ピーマン) りょうとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター	添え物(スナックエンドウ) スナックエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐	添え物(チンゲン菜かか和え) チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	かにかマあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉	魚の塩焼き 鰯 食塩		
	ごま和え(なす) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん	ごま和え(白菜) はくさい にんじん かいわれだいこん かまぼこ ごま うすくちしょうゆ みりん	絹厚揚げの小柱あんかけ 絹厚揚げ うすくちしょうゆ だしの素 小柱(イタヤ貝) みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	みそ汁(蕎麦・ベーコン) 蕎麦 ベーコン みそ だしの素	添え物(ほうれん草・かつお) ほうれん草 にんじん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん		
	すまし汁(とうがん・人参) とうがん にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(しめじ・ワカメ) しめじ わかめ きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(そうめん) そうめん さつま揚げ かいわれだいこん だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん		春雨サラダ 緑豆はるさめ にんじん かいわれだいこん ベーコン 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ		
					赤だし汁(あざり) あざりむき身 まきふ きぬさや 赤みそ だしの素		

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年8月 [常食]

	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)	
朝食	お休み	お休み	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム ポテトサラダ 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこトナー きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン 青森りんごゼリー 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド しるなとベーコンのソテー しるな ベーコン たまねぎ サラダ油 ガラスープ こいくちしょうゆ フルーツジュース まろやかフルーツジュース	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ ロースハム にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	
昼食	お休み	米飯 米 白身魚のおかかバター焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 糸かつお 食塩不使用バター	米飯 米 ハンブキオムレツ 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	かき揚げ弁 米 たまねぎ なす にんじん エビ みつば 薄力粉 鶏卵 白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素	米飯 米 変わりチキンロール 鶏ひき肉 にんじん いんげん 鶏卵 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ コンソメ うすくちしょうゆ うすくちしょうゆ かたくり粉	米飯 米 麦わりチキンロール 鶏ひき肉 にんじん いんげん 鶏卵 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ コンソメ うすくちしょうゆ うすくちしょうゆ かたくり粉	おにぎり(たまごふりかけ) 米 たまごふりかけ 冷やしどり天うどん うどん 鶏むね肉 食塩 薄力粉 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	米飯 米 鮭のみそホイル焼き 鮭 食塩 しるな 揚げナス しめじ にんじん 食塩不使用バター みそ 上白糖 みりん
		添え物(インゲンソテー) いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	添え物(ブロッコリー・ベーコン) ブロッコリー ベーコン コールスロートレッシング	白菜のレモンしょうゆ和え はくさい にんじん かいわれだいこん レモン うすくちしょうゆ みりん	添え物(カリフラワー) カリフラワー 食塩 トマト	甘辛炒め(小松菜) こまつな にんじん かに風味かまぼこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	いとこ煮 かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 マヨネーズ和え はくさい かいわれだいこん エビ マヨネーズ 味ぽん	おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味ぽん
		じゃがいもトウインナーのソテー じゃがいも ポークウインナー 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ こいくちしょうゆ	五目春雨(ムキエビ) 緑豆はるさめ エビ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油	焼きナスのカニカマあんかけ 焼きナス かに風味かまぼこ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉	ワインソーズ じゃがいも たまねぎ 牛乳 コンソメ 食塩 パセリ	すまし汁(えのき・とろろ昆布) えのき とろろ昆布 ねぎ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(えのき・生ふ) ささがきごぼう 生ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味ぽん
		コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん	大根と豚バラの煮物 大根 豚ばらスライス グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん	すいとん汁 なす ふ みそ だしの素	おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味ぽん
		コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん	すいとん汁 なす ふ みそ だしの素	すいとん汁 なす ふ みそ だしの素	おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味ぽん
夕食	お休み	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 さといも 木の葉南瓜 春菊 にんじん だしの素 うすくちしょうゆ みりん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	おにぎり(塩昆布) 米 米 塩昆布 冷やし梅おろしうどん うどん 大根おろし かまぼこ 錦糸卵 錦糸卵 きゅうり 梅干し めんつゆ 豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みつば かたくり粉	米飯 米 肉団子の旨煮 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉	米飯 米 鮭のピリ辛和風香りやき 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ コチュジャン きざみのり 糸かつお 食塩不使用バター 添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん 大根と豚バラの煮物 大根 豚ばらスライス グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 マーボー豆腐 絹ごし豆腐 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろしにんにく トウバンジャン ごま油 上白糖 コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリーンピース ほうれん草のなめ茸和え ほうれん草 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう	米飯 米 豚肉のトマトソースがけ 豚ロース肉 食塩 こしょう たまねぎ 青ピーマン トマトピューレー トマケチャップ ごま油 上白糖 コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 添え物(アスパラ・粉ふき芋) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう スクランブルエッグ えのき 鶏卵 牛乳 コンソメ マヨネーズ コンソメスープ(ほうれん草) ほうれん草 コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年8月【常食】

	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ きのこワインナーのソテー きのこミックス ポークウィンナー 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなのガーリックソテー しろな にんじん ベーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド ヨーグルト ヨーグルト フルーツジュース まるやかフルーツジュース 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	菓子パン(おいものクリームパン) おいものクリームパン フロccoliリーのコンソメスープ煮 フロccoliリー にんじん はんぺん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド かぼちゃサラダ かぼちゃサラダ 牛乳 牛乳	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム ほうれん草とツナのバターソテー ほうれん草 にんじん ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド 牛乳 牛乳	菓子パン(エッグパン) エッグパン フルーツ(バナナ) バナナ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳
	炊き込みごはん 米 鶏むね肉 ささがきごぼう たけのこ にんじん きざみ揚げ だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 酒 きざみのり	米飯 米 ほっかけコロッケ じゃがいも 牛すじほっかけ たまねぎ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トンカツソース	米飯 米 魚のカレーマリネ風 鯖 穀物酢 上白糖 なす カレー粉 たまねぎ きゅうり にんじん ごま油	米飯 米 野菜入りバーグ 合挽ミンチ たまねぎ かぼちゃ なす 鶏卵 牛乳 パン粉 トマトケチャップ トンカツソース	オムナポリタン 卵シート スバゲティ 食塩不使用バター ポークウィンナー たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 こしょう トマトケチャップ こいくちしょうゆ エダムパウダーチーズ	米飯 米 チンジャオロース 牛かたローススライス 酒 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン たけのこ ごま油 ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ かたくり粉 サニールタス	米飯 米 白身魚の明太ポテト焼き なまず 食塩 じゃがいも からしめんたいこ 食塩 こしょう マヨネーズ あおのり
昼食	魚の塩焼き 鯖 食塩 大根おろし こいくちしょうゆ たらこあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 たらこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 赤だし汁(厚揚げ・わかめ) 絹厚揚げ わかめ きぬさや みそ だしの素	添え物(キャベツ・トマト) キャベツ 焙煎ゴマドレッシング トマト ごま和え(胡瓜・ちくわ) きゅうり にんじん 竹輪 ごま うすくちしょうゆ みそ汁(白菜) はくさい きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	添え物(カリフラワー・ピーナツ和え) カリフラワー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん なすのソテー なす 豚ばらスライス おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリーンピース サラダ油 コンソメスープ(じゃがいも) じゃがいも にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	添え物(インゲン・グラッセ) いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター わさび和え(しろな) しろな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(エリンギ) オクラ エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	大根と水菜のゴマサラダ 大根 みずな にんじん ベーコン 食塩 こしょう 焙煎ゴマドレッシング はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ たまねぎ じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	添え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン 食塩不使用バター こいくちしょうゆ 餃子 餃子 味ぽん はるきめスープ 緑豆はるきめ ベーコン きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ セロリのスープ セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	添え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン 食塩不使用バター こいくちしょうゆ ミートソーススバゲティ スバゲティ 食塩不使用バター ミートソース エダムパウダーチーズ セロリのスープ セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ
	米飯 米 鶏の梅マヨか焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し マヨネーズ 糸かつお 大葉 添え物(ホワイトアスパラ・さつま芋) ホワイトアスパラ 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつま芋 食塩不使用バター コンデンスミルク 小松菜のかりかり和え こまつな にんじん ベーコン こいくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ) しめじ にんじん かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚の韓国風煮 鱈 おろししょうが コチュジャン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 酒 だしの素 がんとどき 木の葉南瓜 お花のとうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 みぞれ和え(ほうれん草) ほうれん草 にんじん かに風味かまぼこ 大根おろし 味ぽん すまし汁(菜の花・ゆで卵) 菜の花 鶏卵 まきふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	親子丼 米 鶏卵 鶏もも肉 たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みつば きざみのり かぼちゃのコーン煮 かぼちゃ コーン 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 もやしとカニカマの辛し和え りょくとうもやし にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ からし みりん 赤だし汁(豆腐) 絹ごし豆腐 まきふ かいわれだいこん 赤みそ だしの素	米飯 米 白身魚の変わり衣フライ たら 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 エダムパウダーチーズ パセリ 白絞油 サラダ油 タルタルソース 鶏卵 添え物(キャベツかか和え・トマト) キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ミニトマト イカとズッキーニの中華炒め ズッキーニ イカ 食塩 こしょう ガラスープ うすくちしょうゆ ごま油 すまし汁(しろな・人参) しろな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚肉の生姜焼き 豚ももスライス おろししょうが 酒 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ パセリ 添え物(オクラごま和え) オクラ ごま こいくちしょうゆ みりん ながいも わさび こいくちしょうゆ みそ炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ エビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(ちやそば) 茶そば きざみ揚げ 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のみそマヨ焼き メバル みそ マヨネーズ パセリ 添え物(しろなごま和え) しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん レンコンとエビ団子の煮付け レンコン みりん 海老ボール ごんにやく むぎ枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(ちやそば) 茶そば きざみ揚げ 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚肉の和風焼き 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 添え物(チンゲン菜・南瓜) チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 ふきとさつまあげの煮物 ふき にんじん さつま揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(もやし) りょくとうもやし きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年8月【常食】

	29(月)	30(火)	31(水)				
朝食	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード	食パン(バター) 食パン バターブレンド	菓子パン(明太チーズコッペパン) 明太チーズコッペパン				
	野菜の焼肉のたれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン 竹輪 サラダ油 食塩 こしょう 焼肉のたれ	小松菜のコンソメスープ煮 こまつな ベーコン にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	フルーツ(フルーツカクテル) フルーツカクテル缶	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳			
昼食	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳					
	米飯 米	おにぎり(しば漬け) 米 しば漬け	ガバオライス 米 鶏ひき肉 たまねぎ 赤ピーマン パジル				
	鶏のカレー南蛮漬け 鶏もも肉 酒 かたくり粉 白絞油 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ カレー粉 サラダ油	冷やし鶏トロロそば 和そば 鶏ロース 長芋トロロ かまぼこ きざみのり めんつゆ	おろしにんにく ナンプラー オイスターソース こいくちしょうゆ トウバンジャン 上白糖 ごま油 鶏卵				
	添え物(カリフラワーかかあえ) カリフラワー 糸かつお うすくちしょうゆ みりん トマト	天根と厚揚げの煮物 大根 厚揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素	もやしとエビのサラダ りょくとうもやし きゅうり にんじん エビ ノンオイル和風ドレッシング				
	甘辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	アスパラと卵の土佐和え グリーンアスパラガス 鶏卵 かに風味かまぼこ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん	カルピス寒天 乳酸菌飲料 上白糖 粉寒天 ミントの葉				
すまし汁(とうがんとまきふ) とうがんとまきふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素		中華スープ(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ					
夕食	米飯 米	米飯 米	米飯 米				
	ほうれん草とツナのキッシュ 鶏卵 ツナ缶詰 たまねぎ ほうれん草 かに風味かまぼこ 牛乳 エダムパウダーチーズ 食塩 こしょう トマトケチャップ	豚肉の塩だれ炒め 豚ももスライス 豚ばらスライス はくさい りょくとうもやし チンゲンサイ にんじん 塩だれ サニーレタス	魚のかば焼き 鱈 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉				
	添え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐	小籠包 小籠包	添え物(春菊わさび和え) 春菊 わさび こいくちしょうゆ みりん				
	ブロッコリーの洋風ごま和え ブロッコリー にんじん ささ身 食塩 こしょう 焙煎ゴマドレッシング	トマトの華風スープ トマト たまねぎ ごま シャンタン うすくちしょうゆ	里芋とさつま揚げの煮物 さといも さつま揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素				
	豆腐スープ(ベーコン・コーン) 豆腐 コーン ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ		すまし汁(白菜) はくさい 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素				