

献立表

期間: 2017/8/16 ~ 2017/8/31

期	日	月	火	水 16	木 17	金 18	土 19
朝食				御飯 高野豆腐含め煮 そぼろ 味噌汁(大根、ナメコ)	御飯 4色きんぴら サバの味噌煮 味噌汁(麩、ワカメ)	御飯 ビーマンとハンパンの炒物 きのこの玉子焼き 味噌汁(小松菜、エノキ)	御飯 季節野菜とツナのコンソメ煮 ウインナー 味噌汁(キャベツ、シメジ)
昼食				御飯 サンマの塩焼き 茄子ビーマン炒め 胡瓜の塩昆布和え キウイフルーツ 味噌汁(アサリ、豆腐)	とろろそば 揚出豆腐きのこあん だし巻き卵 小松菜からし和え	御飯 ひれカツ ヒシキと切干大根煮物 漬物(きゅうり) ぶどう 味噌汁(茄子、葱)	御飯 かれのいマヨネーズ焼き 小松菜ソテー さつまいもレモン煮 バナナ かき卵スープ
夕食				わかめごはん 洋風卵焼き ジャーマンポテト スパゲティサラダ	御飯 豚冷しゃぶ風 かぼちゃ小倉煮 茄子の煮浸し	御飯 アジのムニエル 野菜のツナマトコン煮 マッシュポテト	御飯 鶏の治部煮 海藻サラダ キャベツの浅漬
3時				パン 牛乳	喫茶室ポビー	コーヒ牛乳プリン	ミルクココア ウエハース
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	御飯 ソーセージと野菜の煮物 黒豆煮 味噌汁(豆腐、葱)	御飯 ツナと野菜煮物 垂五目卵焼き 味噌汁(油揚げ、ワカメ)	御飯 ソーセージと夏野菜の煮物 昆布豆 味噌汁(里芋、麩)	御飯 かぼちと野菜の含め煮 そぼろ 味噌汁(キャベツ、トロココブ)	御飯 切干大根の炒め煮 さんまの甘露煮 味噌汁(豆腐、葱)	御飯 ひじき五目煮 葱入卵焼き 味噌汁(エノキ、油揚げ)	御飯 五目豆 ウインナー 味噌汁(玉葱、ワカメ)
昼食	あんかけチャーハン ワカメスープ	御飯 鶏つくね 豆腐のきのこあんかけ モロヘイヤのお浸し すいか きゅうりの冷汁	ゆかりごはん 豚肉と野菜の煮物 粉ふき芋 インゲンとツナのサラダ りんご 味噌汁(アサリ、ナメコ)	御飯 サバの香り味噌焼き 南瓜のサラダ 小松菜の納豆のあえ りんご 味噌汁(シメジ、玉葱)	御飯 牛肉と夏野菜のカレー トマトサラダ 漬物(福神漬) フルーツポンチ コンソメスープ	中華ラーメン 海老餃子 棒々鶏	天丼 なすそぼろ煮 オクラの和え物 甘夏みかん 味噌汁(豆腐、葱)
夕食	パン	麦入り御飯 サケの塩焼き アサリと小松菜の炒め煮 オクラとろろ	御飯 千草焼き なべしぎ ビーマン塩昆布和え	御飯 鶏肉南蛮漬け トマトサラダ キャベツおかか和え	御飯 麻婆豆腐 ナムル ザーサイ	麦入り御飯 茄子豚肉ビーマン味噌炒め 小松菜の煮びたし 長芋とろろ	御飯 魚の照り焼き さつまいも甘煮 マカロニサラダ
3時	<納涼祭> 焼きそば 焼きまんじゅう ポテトフライ かき氷 飲み物	喫茶室ポビー	選べるおやつ	フレンチトースト	喫茶室ポビー	牛乳 煎餅	ケーキ
	27	28	29	30	31		
朝食	御飯 煮物(じゃがいも) ししゃもの甘露煮 味噌汁(麩、キャベツ)	御飯 煮物(厚揚げ) たらこ 味噌汁(ジャガイモ、トロココブ)	御飯 車麩の煮付け オクラ納豆 味噌汁(エノキ、油揚げ)	御飯 4色きんぴら 練の甘露煮 味噌汁(麩、玉葱)	御飯 煮物(厚揚げ、小松菜) ウインナー 味噌汁(シメジ、キャベツ)		
昼食	選択食(おにぎり3種) 垂五目卵焼き 夏野菜の漬物 具沢山の味噌汁	御飯 鮭とキノコの蒸焼き 煮物(かぼちゃ) 野菜の塩麹和え バナナ	御飯 魚介と豆のシチュー スクランブルエッグ ほうれん草のサラダ フルーツヨーグルト	御飯 親子煮 小松菜とツナの和え物 あみの佃煮 すいか	冷やし中華 茄子とビーマンの炒め 昆布豆		

		味噌汁(ワカメ、アサリ)		味噌汁(豆腐、ナメコ)			
夕 食	御飯 酢豚 春雨サラダ 卵とわかめのスープ	御飯 鶏肉と卵の煮物 三色ピーマン炒め オクラとめかぶの和え物	御飯 焼肉風 野菜の彩和え物 ミニ豆腐菜味かけ	御飯 エビ子り じゃが芋の中巻風煮 キャベツの和え物	御飯 筑前煮 卵豆腐 オクラとモロヘイヤの和え物		
5 時	ずいか	喫茶室ポビー	選べるおやつ	おまんじゅう	喫茶室ポビー		