

献立表

現 場：サンホームふじみ
期 間：2019/8/16～2019/8/31

	日	月	火	水	木	金	土
						16	17
朝食						御飯 4色きんぴら 青海苔納豆 味噌汁(キャベツ、トロッコフ)	御飯 か'ネド'キと野菜の含め煮 イワシ生薑煮 味噌汁(小松菜、麩)
昼食						御飯 かばちやコロッケ ひじき五目煮 モロヘイのしらす和え 梨 味噌汁(茄子、あさり)	そうめん 豚肉と玉子の旨煮 もずく和え物 煮豆
夕食						御飯 豚肉と牛蒡の甘辛煮 たまごとうふ オクラとろろ	御飯 鶏照り焼き エビマカロニサラダ ほうれん草のごま和え
3時						胡瓜もみ	季節の果物
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	御飯 いんげんの煮物 そばろ 味噌汁(葱、ワカメ)	御飯 野菜とウィンナーの洋風煮 きのこオムレツ 味噌汁(豆腐、ジャガ'イ)	御飯 ズッキーニと茸の煮物 オクラ納豆 味噌汁(麩、キャベツ)	御飯 五目きんぴら ししやも甘露煮 味噌汁(油揚げ、玉葱)	御飯 車麩の煮付け 玉子焼き 味噌汁(豆腐、葱)	御飯 ビ'マンとサツマゲ'の煮物 胡麻納豆 味噌汁(大根、ワカメ)	御飯 4色きんぴら さんまの甘露煮 味噌汁(葱、小松菜)
昼食	あんかけチャーハン 青梗菜と豆腐のス'プ	魚介と南瓜のカレーライス トマトの豚しゃぶサラダ' 漬物(福神漬) ヨーグルト ワカメとキノコのス'プ	御飯 サバの香り味噌焼き 煮物(かばちや) 和風サラダ ぶどう 小松菜とシメジ'の澄汁	御飯 鶏肉と彩野菜梅干'炒め 卵の花の煮物 野沢菜漬け バナナ つみれ汁	御飯 肉団子と野菜甘酢あん 温野菜の胡麻だれサラダ' モロヘイと'カブ'の和え物 キウイフルーツ 味噌汁(豆腐、エキ)	御飯 豚肉と春雨の炒め 豆腐の中華煮 ザーサイ パイナップル 味噌汁(油揚げ、なめこ)	御飯 鶏肉と豆腐あんかけ 揚げ茄子の甘辛煮 じ'やが芋の赤紫蘇和え すいか 味噌汁(根莖、麩)
夕食	パン	御飯 鶏団子と玉子巾着煮付 焼きなす(みょうが) モロヘイの和え物	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜のコンソメ煮 粉ふき芋カレー風味	御飯 肉豆腐 小松菜と茸茸のパター炒め 胡瓜とワカメの和え物	御飯 カレイのムニエル かばちのソテー オクラとトマトのサラダ'	御飯 アジ塩焼き 野菜卵とじ 小松菜の煮びたし	御飯 肉団子と野菜のトマト煮 魚介と海藻のサラダ スクランブルエッグ
3時	焼きそば 焼き饅頭 粉ふき芋 かき氷 ジュース	煮豆	飲み物	選べるおやつ	なす田楽	手作りおはぎ	ワッフル
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	御飯 はんぺんと野菜の煮物 ウィンナー 味噌汁(エキ、豆腐)	御飯 小松菜と厚揚げの煮物 華五目玉子焼き 味噌汁(キャベツ、シメジ')	御飯 きんぴらごぼう 青海苔納豆 味噌汁(小松菜、玉葱)	御飯 がんもと野菜の煮物 鰯の甘露煮 味噌汁(ジャ'イ、葱)	御飯 ソーセ'ジ'と野菜の煮物 スクランブルエッグ 味噌汁(ジャ'イ、麩)	御飯 ア'サ'と小松菜の煮物 納豆山かけ 味噌汁(葱、エキ)	御飯 キャベ'ツとハ'コンの煮物 いわしレモン煮 味噌汁(トロッコフ、油揚げ)
昼食	選抜食 ごまだれうどん 天ぷら 漬物(胡瓜、たくあん)	散らし寿司 ひじき五目煮 白和え メロン 吸物(そうめん)	海老かつパン ウィンナーと野菜のコンソメ煮 ポテトサラダ フル'ーツ'グ'ルト	炊き込みごはん 鶏しんじょう たまご豆腐 ビ'マンの塩昆布和え ぶどう 吸物(みつば、麩)	カレーライス 海老と海藻のサラダ 漬物(らっきょう) バナナ 豆腐のス'プ	天津飯 茄子と鶏挽肉の炒め トマトの中華風和え物 杏仁フルーツ ワカメス'プ	そうめん 豚冷しゃぶ風 オクラとモロヘイの和え物

夕食	御飯 鮭の西京漬焼き かぼちゃそぼろ煮 マカロニサラダ きゅうりの冷汁	御飯 豚ニラキムチ炒め じゃが芋の中華煮 棒々鶏	御飯 豚しょうが焼き 焼きなす（みょうが） もずく和え	御飯 肉豆腐 小松菜ごま和え トマトと青紫蘇の和風サラダ	御飯 サケの塩焼き いんげんと南瓜の煮物 和風サラダ	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 ごぼうサラダ ミニオムレツ	御飯 筑前煮 ステーキの炒め ミニ豆腐
	3時 冷やしトマト	アイスクリーム	飲み物	選べるおやつ	手作りおやつ おはぎ	たこやき	おまんじゅう