

2021



8月



	日 1日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日		
朝	御飯 炒り豆腐(ミックス)デザート 青梗菜の和え物 味噌汁(大根、椎茸) 牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 小松菜の和え物 味噌汁(南瓜、玉葱) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ブロッコリーとパセリの炒め物 マカロニサラダ コンナスープ(もやし、水菜) 牛乳	御飯 大根と人参の煮付け 豆たっぷりハンバーグ 味噌汁(庄内麩、玉葱) 牛乳	御飯 厚焼卵 じゃが芋のサラダ 味噌汁(揚げ茄子、畑菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン なすとパセリのソテー かき揚げとコーンのサラダ コンナスープ(白菜、菜の花) 牛乳	御飯 魚の梅煮(アジ) 青梗菜のなめ茸和え 味噌汁(花麩、ニラ) 牛乳		
昼	御飯 魚の南蛮漬(アジ) 茄子の香味炒め 味噌汁(わかめ、青葱) フルーツ和梨缶	御飯 蒸し鶏の梅肉ソース ごぼうの炒り煮 菜の花の胡麻和え フルーツ・フルーツ缶	豚の角煮 ゴロチン もずくスープ マヨネーズ マヨネーズ	御飯 鶏肉の竜田揚げ さつまいものペースト煮 モヤシのゴマ酢和え フルーツ・パン缶	御飯 赤魚の漬煮 大根のオスターソース炒め ホリ草のゆず浸し フルーツ・白桃缶	御飯 蒸し餃子の中華ダレ 薩摩揚げと切り炒め物 キャリと大豆のサラダ フルーツ・マヨネーズ缶	御飯 豚肉の生揚の甘辛煮 大根の千切り炒め 南瓜のサラダ フルーツ・黄桃缶		
夕	御飯 豚肉のピリ辛炒め か風味あんかけ 味噌汁(中華和え) 中華スープ(ヤングコーン、ニラ)	御飯 魚の山椒焼き(鯖) 車麩の卵とじ 白菜のサラダ すまし汁(素麺、葉大根)	御飯 海老団子と野菜の炒め煮 青梗菜の炒め物 かき揚げのサラダ 味噌汁(じゃが芋、オクラ)	御飯 蒸魚の中華ダレ(鯖) ピリ辛炒め インゲン(の)の生姜和え 中華スープ(ワカメ、ヤングコーン)	御飯 回鍋肉 冬瓜の煮物 アスパラのピーナッツ和え 中華スープ(もやし、青葱)	御飯 アサリの卵とじ 野菜の塩麹炒め EOMのソテー和え 味噌汁(麩、舞茸)	御飯 魚のバター醤油焼き(タラ) マカロニのトマト煮 ホリ草のお浸し コンナスープ(マッシュルーム、水菜)		
朝	御飯 切干大根の炒り煮 味噌汁(なめこ、青葱) 牛乳	御飯 おひたしと車麩の煮物 ごぼうの炒り煮 すまし汁(白葱、とろろ昆布) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズ入りサラダ キャベツとわかめのサラダ コンナスープ(じゃが芋、大根) 牛乳	御飯 ひじきと大豆の煮物 小松菜のソテー和え 味噌汁(なめこ、ひらたけ) 牛乳	御飯 大根とつみれの煮物 豆サラダ 味噌汁(アサリ、畑菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン じゃが芋とわかめの炒め物 ブロッコリーの胡麻和え コンナスープ(コーン、えのき) 牛乳	御飯 玉子ロール 味噌汁(わかめ、大根) 牛乳		
昼	御飯 エビのオスターソース炒め さつまいもの甘辛煮 ピーマンと白菜の和え物 ヨーグルト・フルーツ	御飯 冷しゃぶ 竹輪の煮物 アスパラの中華和え フルーツ・リンゴ缶	山菜とろろそば 菜の花の炒め物 冷奴 フルーツ・シソ缶	御飯 ハンバーグ ブロッコリーのチーズ焼き なすの生姜和え フルーツ和梨缶	御飯 白身魚フライ 里芋の含め煮 なすの生姜和え フルーツ・白桃缶	御飯 豚肉のキャット炒め 茄子の炒め煮 マカロニサラダ フルーツ・パン缶	御飯 魚のしも焼き(鯖) 車麩の煮物 小松菜の和風ドレッシング フルーツ・白桃缶		
夕	御飯 鶏肉のマーマレード照焼き かき揚げと野菜のコンナ煮 かき揚げの和え物 味噌汁(わかめ、しめじ)	御飯 魚のピカ(鯖) かき揚げの炒め 青梗菜のサラダ 味噌汁(揚げ茄子、油揚げ)	御飯 鶏肉のピーナッツかけ 青梗菜と竹輪の煮浸し かき揚げの梅和え すまし汁(畑菜、白葱)	御飯 白身魚のマーマレード焼き アスパラのソテー オクラとコーンのサラダ コンナスープ(セロリ、水菜)	御飯 中華風卵焼き シューマイ ゼミイのナムル 中華スープ(ヤングコーン、ニラ)	御飯 赤魚と豆腐の煮付け 南瓜とパセリのソテー ホリ草のポン酢和え 味噌汁(油揚げ、ニラ)	御飯 牛肉のスタミナ炒め 冬瓜の味噌煮 春雨サラダ すまし汁(しめじ、葉大根)		
朝	御飯 なすと挽肉のソテー 青梗菜の生姜和え 中華スープ(畑菜、なると) 牛乳	御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 南瓜のサラダ 味噌汁(麩、ひらたけ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 野菜炒め 豆たっぷりハンバーグ コンナスープ(マッシュルーム、セロリ) 牛乳	御飯 揚げポールの煮物 オクラの胡麻和え 味噌汁(南瓜、舞茸) 牛乳	御飯 ブロッコリーソテー ホリ草とかき揚げのサラダ 味噌汁(揚げ茄子、わかめ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン サラダドレッシング マカロニサラダ コンナスープ(コーン、セロリ) 牛乳	御飯 ハンバーグと野菜煮物 アスパラのわかめ和え 味噌汁(大根、絹さや) 牛乳		
昼	御飯 ピーマンと生揚げのソテー かき揚げの含め煮 オクラの中華和え フルーツ・マヨネーズ缶	御飯 スパゲティオムレツ ミートボールのクリーム煮 アスパラの中華和え フルーツ・黄桃缶	御飯 チキンカツ 里芋の含め煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ・リンゴ缶	ポークカレー 小松菜とアサリの塩炒め キャリと大根の梅子サラダ フルーツ・シソ缶	御飯 魚のカルシウム(マヒマヒ) 夏野菜の炒め物 じゃが芋のサラダ フルーツ和梨缶	御飯 魚の香味焼(アジ) 切干大根の煮物 EOMのソテー和え 味噌汁(油揚げ、ニラ)	御飯 メンチカツ じゃが芋の煮物 EOMのソテー和え フルーツ・パン缶		
夕	御飯 鶏肉の梅肉焼き かき揚げの薄く煮 インゲンの和え物 味噌汁(白菜、水菜)	御飯 白身魚の山椒煮 ぜんまいの煮物 EOMのなめ茸和え 味噌汁(玉葱、葉大根)	御飯 魚の塩焼(ホタテ) さつまいものきんぴら ブロッコリーのからし和え すまし汁(とろろ昆布、はんぺん)	御飯 焼き魚の葱ソース(タラ) レタスのパセリ炒め 白菜の酢味噌和え すまし汁(花麩、三つ葉)	御飯 揚げ豆腐 ひじきと竹輪の煮物 菜の花の錦糸和え 味噌汁(かぶ、葉大根)	御飯 肉団子の酢豚風 味噌汁の炒め物 南瓜のサラダ 中華スープ(かにかま、青葱)	御飯 魚のしも焼き(鯖) インゲンの炒め物 かき揚げのサラダ 味噌汁(庄内麩、えのき)		
朝	御飯 キャベツと生揚げの炒め物 ブロッコリーのチーズサラダ すまし汁(とろろ昆布、葉大根) 牛乳	御飯 インゲンの煮浸し 豆サラダ 味噌汁(かぶ、ニラ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン インゲンと野菜のスープ煮 蒸し鶏のドレッシングかけ コンナスープ(コーン、畑菜) 牛乳	御飯 卵と野菜の炒め物 かき揚げの生姜和え 味噌汁(小松菜、油揚げ) 牛乳	御飯 チンゲン菜とソテーの煮物 かき揚げのサラダ 味噌汁(かぶ、葉大根) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズオムレツ ブロッコリーのサラダ コンナスープ(セロリ、人参) 牛乳	御飯 もやしの干しエビ炒め 小松菜のゴマ和え 味噌汁(チンゲン菜、えのき) 牛乳		
昼	御飯 魚の味噌煮(鯖) ホリ草の炒め物 春雨の酢の物 フルーツ・白桃缶	御飯 豚肉のオスターソース炒め さつまいものしも煮 味噌汁(中華和え) フルーツ・マヨネーズ缶	ソー焼きそば 鶏の唐揚げ じゃが芋のステーキ キャリの生姜和え フルーツ・パン缶	御飯 魚のポン酢かけ(ブリ) ごぼうの甘辛煮 インゲンのピーナッツ和え フルーツ・リンゴ缶	御飯 麻婆豆腐 南瓜とエビの煮物 EOMの中華和え フルーツ・シソ缶	御飯 チキンカツ かき揚げの炒め オクラとコーンのサラダ フルーツ和梨缶	御飯 魚の韓国焼き(鯖) 豚肉と根野菜の煮物 じゃが芋のサラダ フルーツ・フルーツ缶		
夕	御飯 蒸し鶏の梅肉ソース 里芋の煮物 オクラの和え物 味噌汁(豆腐、小松菜)	御飯 魚の卵とじ(鯖) アスパラとコーンの炒め物 ごぼうの炒り煮 すまし汁(花麩、菜の花)	御飯 白身魚のチーズ焼き じゃが芋のコンナ煮 トマトのサラダ 味噌汁(舞茸、モロヘイヤ)	御飯 豚肉と野菜の五目煮 蒸し餃子 EOMのナムル 中華スープ(ひらたけ、ヤングコーン)	御飯 赤魚の煮付け 鶏肉と大根の炒り煮 煮豆 味噌汁(揚げ茄子、玉葱)	御飯 肉野菜炒め 里芋のずんだ和え キャリとわかめの酢の物 すまし汁(花麩、水菜)	御飯 肉団子と野菜の煮物 ホリ草とわかめのソテー 大根のしも和え すまし汁(蒲鉾、青葱)		
朝	御飯 かき揚げと大根の煮物 モロヘイヤのゆかり和え 味噌汁(揚げ茄子、畑菜) 牛乳	御飯 厚焼卵 インゲンの和え物 すまし汁(とろろ昆布、三つ葉) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 豆と挽肉のトマト炒め 白菜のサラダ コンナスープ(もやし、葉大根) 牛乳						
昼	御飯 ピーマンと玉子の塩炒め かき揚げとパセリのクリーム煮 キャベツの中華和え フルーツ・パン缶	枝豆御飯 生揚げと野菜の炒め物 冬瓜のひしこ煮 ブロッコリーのチーズサラダ フルーツ和梨缶	御飯 魚の梅肉ソース(アジ) 車麩のそぼろあんかけ オクラのお浸し フルーツ・フルーツ缶						
夕	御飯 赤魚の酒蒸し さつまいもと刻昆布の煮物 ピーナッツ和え(トマト) 味噌汁(白玉麩、オクラ)	御飯 鶏肉の塩麹焼き きんぴられんこん 大根の和風サラダ 味噌汁(玉葱、ニラ)	御飯 豚肉と豚肉の味噌炒め さつまいものペースト煮 ホリ草のピーナッツ和え 野菜(人参、筍、白葱)	<p>※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。 ※常食の献立内容を掲載させていただいています。</p>					