



# 8月分献立表



	月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日	5日
選択食		A: 赤魚の粕漬け B: 親子煮	A: ホキの柚子香煮 B: 牛肉の炒め煮	A: 鯖の梅おろしポン酢 B: 豚肉の炒め煮	A: ホキのムニエルオーロラソース B: スパゲティミートソース	A: ホッケの七味焼き B: 牛肉のあっさり炒め
通常献立		ご飯 蓮根の海苔きんぴら 白和え お吸い物	ご飯 茄子の揚げ浸し カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冬瓜の冷やし鉢 味噌汁	ご飯 (A) ロールパン (B) 厚揚げの煮物・フレンチサラダ コンソメスープ	ご飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し お吸い物
おやつ		厚切りカットバウム	水ようかん小豆	あんずケーキ	キングドーナツ	ミニフィナンシェ
		7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: 鯖の味噌煮 B: ポークチャップ	<b>長寿ご飯の日</b>	A: カレイの香味ソース B: ハヤシライス	A: ホッケのフライ B: スペイン風オープンオムレツ	A: さわらのネギ味噌焼き B: 照り焼きハンバーグ	A: 鮭のみりん焼き B: ポークカレー
通常献立	ご飯 蓮根の炒め物 オクラのおかか和え お吸い物	いなり寿司 アジフライ いんげんの胡麻和え 茶そば	ご飯 (A) ビーフンのソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 味噌汁・デザート (B)	ご飯 きのこのソテー ほうれん草のピーナッツ和え コンソメスープ	ご飯 茄子の煮物 長芋の梅肉和え お吸い物	ご飯 (A) キャベツのレモン和え ヨーグルト コンソメスープ・漬物 (B)
おやつ	カステラ	田舎饅頭	ココアロール	柚子饅頭	エクレア	きんつば
		14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: 赤魚の煮付け B: 鶏天	A: ホキの照り焼き B: 豚肉のカレー炒め	A: アジの蒲焼き B: 肉豆腐	<b>茶そば定食</b>	<b>長寿ご飯の日</b>	A: アジの焼き浸し B: 豚肉と玉子の炒め物
通常献立	ご飯 金時豆 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 高野豆腐の含め煮 しろ菜とえのきの和え物 お吸い物	ご飯 いんげんのじゃこ炒め 茄子のお浸し 味噌汁	五目ちらし寿司 茶そば 里芋の土佐煮・トマトの甘酢かけ あんみつ	ご飯 牛皿 小松菜とあげの炒め煮 うぎく・お吸い物	ご飯 蒸し茄子 和風サラダ 味噌汁
おやつ	レモンケーキ	ミニバウムクーヘン	かぼちゃ饅頭	フルーツポンチ	どら焼き	いちごロールケーキ
		21日	22日	23日	24日	25日
選択食	A: 白身魚の更紗あんかけ B: 柳川風煮	A: 海老冷麺 B: 鶏肉の治部煮	A: エビフライ B: 牛焼肉	A: 白身魚の煮付け B: 牛肉とブロッコリーのオイスター炒め	A: 太刀魚の甘辛煮 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 白身魚のバター焼き B: 牛焼肉
通常献立	ご飯 蓮根の海苔きんぴら アスパラのマヨ和え お吸い物	ご飯 (A半量) いんげんの胡麻炒め 茄子の生姜和え 味噌汁	ご飯 卵の花 大根のサラダ トマトスープ	ご飯 白菜の煮物 中華風春雨 味噌汁	ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ
おやつ	酒饅頭	あんずケーキ	ワッフルスティック	薄皮利休	豆乳饅頭	ミニショコラマフィン
		28日	29日	30日	31日	
選択食	<b>長寿ご飯の日</b>	<b>宮崎郷土料理</b>	A: 海老とじ丼 B: 牛肉とブロッコリーのオイスター炒め	A: 太刀魚の甘辛煮 B: 鶏肉の塩麴焼き		
通常献立	ご飯 ミートローフ ジャーマンポテト ブロッコリーのピーナッツ和え・コンソメスープ	ご飯 チキン南蛮 アジの冷やし汁風和え物・豆腐のお吸い物 デザート	ご飯 (B) 白菜の煮物 中華風春雨 味噌汁・漬物 (A)	ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物		
おやつ	フルーツ	うさぎ饅頭	たい焼きクリーム	黄身あん饅頭		