

8月分献立表

	月	火	水	木	金	土
選択食						
通常献立					1日 A: かに玉風 B: 蒸し鶏	2日 A: ほっけの塩焼き B: 肉うどん
おやつ					ご飯 春巻き チンゲン菜のナムル 中華スープ	ご飯 (B半量) せんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁 (A) ・漬物 (B)
	4日	5日	6日	7日	8日	9日
選択食	 天ざるそば定食	A: 鰯の酒蒸し B: 筑前煮	A: カレイのきのこあんかけ B: 牛丼	A: 鮭の焼き浸し B: 牛肉のブルコギ風	長寿ご飯の日	A: 魚の竜田揚げ B: 麻婆豆腐
通常献立	炊き込みご飯 ざるそば 天ぷら・かんぴょうの煮物 ゆずなます・デザート	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 玉子豆腐 味噌汁	ご飯 (A) 卵の花 しろ菜の磯和え 冬瓜のお吸い物	ご飯 チンゲン菜のクリーム煮 冷奴 わかめスープ	コーンご飯 夏野菜カレー 海藻サラダ スイカ	ご飯 海老シュウマイ 胡瓜の中華風和え物 中華スープ
おやつ	スイカ	やわらかおかき(砂糖醤油)	シュークリーム	柚子饅頭	エクレア	水ようかん小豆
	11日	12日	13日	14日	15日	16日
選択食	A: ホキの野菜あんかけ B: 鶏肉の照り焼き	A: サーモンのフライ B: 牛肉の柳川風	A: さんまの蒲焼き B: 豚肉の塩だれ炒め	A: 赤魚の粕漬け B: 豚肉のカレー炒め	A: 鮭の蒲焼き B: 牛肉の炒め煮	A: 鯖の梅煮 B: とんかつ
通常献立	ご飯 きつま芋のオレンジ煮 チンゲン菜のわさび和え 味噌汁	ご飯 ピクルス ピーチフルーチェ コンソメスープ	ご飯 南瓜の煮物 和風サラダ 味噌汁	ご飯 蓮根の海苔きんぴら 白和え 味噌汁	ご飯 なすの揚げ浸し 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
おやつ	カスタードケーキ	ミニバウムクーヘン	南瓜饅頭	ミニマフィンプレーン	鯛饅頭	プリン
	18日	19日	20日	21日	22日	23日
選択食	長寿ご飯の日	A: ぶりの幽庵焼き B: 牛肉のおろしポン酢炒め	はもの天ぷら膳	A: 鮭の更紗あんかけ B: 豚肉の吉野煮	A: カレイの香味ソース B: 照り焼きハンバーグ	A: 鮭のカレームニエル B: 鶏肉のタルタル焼き
通常献立	菜飯 (半量) ジャージャー麺 くらげの酢の物 杏仁豆腐	ご飯 じゃが芋の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ご飯 はもとゴーヤの天ぷら キャベツのたらこ炒め 胡瓜の梅肉和え・赤だし	ご飯 しらたきの明太子炒め いんげんの胡麻和え 味噌汁	ご飯 ビーフンのソテー ブロッコリーのピーナッツ和え 中華スープ	ご飯 きのこのソテー ほうれん草のお浸し コンソメスープ
おやつ	カステラ	あんずケーキ	手作りおやつ 	いちごロール	豆乳饅頭	ミニショコラマフィン
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
選択食	A: 白身魚のピカタ B: ポークカレー	A: 海老団子と白菜の野菜あん B: 青椒肉絲	A: 鮭の塩焼き B: 肉うどん	長寿ご飯の日	A: 赤魚の煮付け B: 牛肉の柳川風	A: 太刀魚の煮付け B: 鶏肉のタルタル焼き
通常献立	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 (A)・漬物 (B)	ご飯 小松菜の炒め物 大根の甘酢和え 中華スープ	ご飯 (B半量) 厚揚げの甘辛炒め 胡瓜のツナ和え お吸い物 (A)・ゼリー (B)	穴子のちらし寿司 (粥対応さらさ蒸し) じゃが芋のそぼろ煮 赤だし・水ようかん	ご飯 いんげんのじゃこ炒め なすのお浸し 味噌汁	ご飯 卵の花 二色浸し 冬瓜のお吸い物
おやつ	黒糖棒	うさぎ饅頭	鯛焼きクリーム	田舎饅頭	厚切りカットバウム	やわらかおかき(うす塩)