

週間予定献立表(7~8月)

	29日(月)	30日(火)	31日(水)	8/1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
朝	ご飯 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮つけ 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 茄子の味噌煮 おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 大豆と根菜の煮物 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮つけ 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ビビンバ丼 わかめスープ 春雨炒め 香の物 果物	ご飯 塩豚汁 カジキのみりん焼き 夏野菜の胡麻和え 香の物 果物	ご飯 春雨スープ チンジャオロースウ カブの中華あんかけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 白身魚のフライ 冬瓜のそぼろあん 香の物 果物	ご飯 野菜スープ タンドリーチキン 茄子揚げびたし 香の物 果物	冷やしそば 茄子のそぼろ煮 冷奴 果物	菓子パン わかめスープ 鶏肉のトマトクリーム煮 リヨネーズポテト 果物
夕	ご飯 味噌汁 煮魚(鯿) 塩バター肉じゃが 香の物	ご飯 味噌汁 豚の味噌煮 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮭) 夏野菜の炒めなます 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のボン酢煮 夏野菜のカレー炒め 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚の香味煮 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 豚しゃぶ 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 夏野菜のチャンプルー 香の物

週間予定献立表(8月)

	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝	ご飯 味噌汁 油麩の煮物 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 茄子炒り おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 五目豆 おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 五目煮 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツ炒め煮 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	うな玉丼 山菜温麺汁 豆腐のチャンプルー 香の物 果物	ご飯 ワンタンスープ 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 香の物 果物	ご飯 かきたま汁 鯖の南蛮漬け 高野豆腐と茄子の含め 香の物 果物	ご飯 味噌汁 牛肉のすき焼き風 三色冷奴 香の物 果物	ご飯 なめこ豚汁 焼き魚(甘塩鮭) 煮物 香の物 果物	冷やしたぬきうどん チキンサラダ 煮浸し 果物	菓子パン 玉子スープ 白身魚ラビゴットソース ポテトサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鱸のみりん焼き 冬瓜と茄子の海老あん 香の物	ご飯 味噌汁 油麩入り肉じゃが お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鱈のみりん焼き 炊き合わせ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏のさっぱり煮 麻婆春雨 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの甘酢あんかけ 茄子の胡麻和え 香の物	ご飯 味噌汁 ポークチャップ コールスロー 香の物