

2023年8月献立 (8/1~8/12)

		火	水	木	金	土
		令和05年08月01日(火)	令和05年08月02日(水)	令和05年08月03日(木)	令和05年08月04日(金)	令和05年08月05日(土)
朝		御飯 和風スクランブルエッグ カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 キャベツと挽肉の煮物 かぶの和え物 カルシウム牛乳	御飯 いわしつみれの煮物 白菜のピーナッツ和え カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 しろなのおかか和え カルシウム牛乳	御飯 かにかまの卵とじ カリフラワーサラダ カルシウム牛乳
昼		御飯 さばのごま照り焼き 大根の炒め煮 みそ汁(ほうれん草・人参) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鶏肉のタルタル焼き カリフラワーの含め煮 ｺｯｽﾝｽｰﾌﾟ(小松菜・玉葱) フルーツ缶(みかん)	御飯 白身魚のすんだ焼き ブロッコリーの炒め物 みそ汁(おつゆ鮫・青梗菜) ふりかけ(梅しそ)	御飯 豚肉のクリーミーごま漬け焼き かぶの旨煮 みそ汁(豆腐・大根葉) フルーツ缶(黄桃)	御飯 たらのおろし煮 じゃが芋の含め煮 みそ汁(大根・油揚げ) フルーツ缶(マンゴー)
夕		おやつ(クッキー)	おやつ(スイスロールいちご)	おやつ(プリン)	おやつ(チョコパイ)	おやつ(野菜ジュースゼリー)
夜		御飯 千草焼き 冬瓜のくず煮 白菜のゆかり和え お吸物(うすまき麩・大根葉)	御飯 たらの煮付け 青梗菜の炒め物 しろなのおえ物 みそ汁(うすまき麩・大根葉)	御飯 豚肉の生姜焼き さつまいもの煮物 畑菜のなめだけ和え みそ汁(もやし・油揚げ)	御飯 白身魚のマリネ 里芋の煮物 青梗菜の磯風味和え みそ汁(冬瓜・わかめ)	御飯 鶏肉のパン粉焼き ラタトゥイユ ほうれん草のサラダ コンソメスープ(玉葱・小松菜)

	令和05年08月06日(日)	令和05年08月07日(月)	令和05年08月08日(火)	令和05年08月09日(水)	令和05年08月10日(木)	令和05年08月11日(金)	令和05年08月12日(土)
朝	中華粥 豆腐と冬瓜の煮物 カルシウム牛乳	御飯 はんべんの煮物 しろなのおかか和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 白身魚と里芋の煮物 白菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 大根のそぼろ煮 畑菜のおかか和え カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 青梗菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ ほうれん草のクल्ミ和え カルシウム牛乳
昼	たいめいけん特製ﾊｯｼﾞﾗｲｽ オムレツ ｺｯｽﾝｽｰﾌﾟ(青梗菜・人参) みかんヨーグルト	御飯 チキンスターキ 大根のﾗﾀﾞ みそ汁(もやし・うすまき麩) ふりかけ(かつお)	御飯 白身魚のカレーあんかけ 青梗菜のレモン風味和え お吸物(豆腐・小花麩) フルーツ缶(黄桃)	三色丼 大根のみそ炒め みそ汁(玉葱・大根葉) バナナムース	御飯 鶏肉のバター醤油ｰｽ 冬瓜の生姜煮 みそ汁(卵・長葱) ふりかけ(梅しそ)	赤飯 ぶりの照り焼き かぼちゃの煮物 お吸物(若布・うすまき麩) フルーツ缶(みかん)	御飯 たらの香味蒸し 冬瓜のくず煮 みそ汁(大根・人参) フルーツ缶(マンゴー)
おやつ	おやつ(ドームケーキ)	おやつ(炭酸饅頭)	おやつ(ぶどうゼリー)	おやつ(チョコパン)	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(きみしぐれ)	おやつ(ピーチゼリー)
夜	うなぎごはん 白菜の甘酢和え いちごムース お吸物(小花麩・若芽)	御飯 中華風卵焼き さつまいもの塩バター煮 ほうれん草の中華和え 中華スープ(白菜・大根葉)	御飯 豚肉のボン酢炒め かぶの旨煮 ポテトサラダ みそ汁(わかめ・葱)	御飯 さばの葱醤油焼き なすの煮物 しろなの香味和え みそ汁(とろろ昆布・白菜)	御飯 白身魚の煮付け かぶの甘辛炒め 長芋とろろ みそ汁(大根・油揚げ)	御飯 豚肉の玉葱ソース カリフラワーの含め煮 青菜の和え物 みそ汁(冬瓜・大根葉)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き なすの味噌田楽 青梗菜の和え物 みそ汁(豆腐・葱)

2023年8月献立 (8/13~8/26)

	日	月	火	水	木	金	土
	令和05年08月13日(日)	令和05年08月14日(月)	令和05年08月15日(火)	令和05年08月16日(水)	令和05年08月17日(木)	令和05年08月18日(金)	令和05年08月19日(土)
朝	御飯 かつおのトロみ煮 白菜のからし和え カルシウム牛乳	御飯 キャベツと挽肉の煮物 しろなのごま和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとじゃが芋の煮物 青梗菜の梅マヨ和え カルシウム牛乳	御飯 かにかまの卵とじ 大根サラダ カルシウム牛乳	御飯 はんぺんの煮物 しろなとさきみの和え物 カルシウム牛乳	御飯 豆腐と冬瓜の煮物 白菜のゆかり和え カルシウム牛乳	御飯 ツナと大根の煮物 青梗菜のピーナッツ和え カルシウム牛乳
昼	<行事食 夏祭り> 焼きそば 唐揚げ フライドポテト オレンジゼリー	御飯 鶏肉のオレンジソースかけ さつまいもの煮物 みそ汁(もやし・小花麩) ふりかけ(たまご)	キーマカレー カリフラワーのさっぱり和え ｺﾝｽｰﾌﾟ (小松菜・人参) りんごムース	御飯 白身魚のバター醤油焼き なすの煮びたし みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鶏肉のトマトソースかけ じゃが芋の煮物 コンソメスープ(小松菜・人参) フルーツ缶(みかん)	御飯 白身魚の味噌マヨ焼き なすの炒め物 お吸物(若布・うずまき麩) ふりかけ(梅しそ)	御飯 ブルコギ さつまいもの煮物 お吸物(ねぎ・小花麩) フルーツ缶(黄桃)
おやつ	おやつ(和のﾊﾞｸｰ黒蜜きなこ)	おやつ(スイスロールモカ)	おやつ(ﾊﾞｳﾑｸｰﾍﾝ)	おやつ(メロンゼリー)	おやつ(クッキー)	おやつ(マスカットゼリー)	おやつ(クリームパン)
夕	御飯 たらのマスタード焼き かぼちゃの甘煮 大根の甘酢和え みそ汁(かぶ・かぶ葉)	御飯 白身魚のレモン蒸し 五目豆腐 ほうれん草のナムル 中華スープ(ｷﾞﾊﾞｯｼﾞ・若芽)	御飯 和風卵焼き かぶの旨煮 青菜の和え物 みそ汁(畑菜・うずまき麩)	御飯 麻婆豆腐 エビしゅうまい 白菜の中華和え 中華スープ(玉葱・青梗菜)	御飯 あぶらかれの漬け焼き 五目豆腐 青梗菜のわさび和え お吸物(卵・長葱)	御飯 鶏肉のゆず醤油ソース かぼちゃのいとこ煮 しろなのごま和え みそ汁(畑菜・おつゆ麩)	御飯 あぶらかれの山椒焼き 人参しりしり 白菜の磯風味 みそ汁(玉葱・人参)
	令和05年08月20日(日)	令和05年08月21日(月)	令和05年08月22日(火)	令和05年08月23日(水)	令和05年08月24日(木)	令和05年08月25日(金)	令和05年08月26日(土)
朝	御飯 和風スクランブルエッグ 大根の梅和え カルシウム牛乳	御飯 かつおとじゃが芋の煮物 畑菜のごまマヨ和え カルシウム牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 畑菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 はんぺんの煮物 青梗菜のおかか和え カルシウム牛乳	御飯 かにかまの卵とじ しろなの生姜醤油和え カルシウム牛乳	御飯 豆腐のねぎあん煮 ほうれん草の和え物 カルシウム牛乳	御飯 白身魚とかぶのトロみ煮 しろなのゆず風味和え カルシウム牛乳
昼	御飯 鶏肉のんにく醤油かけ 里芋の煮物 みそ汁(もやし・若芽) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 白身魚のみりん焼き かぶの煮物 みそ汁(しろな・おつゆ麩) ふりかけ(かつお)	冷やしとろろそば 牛肉コロッケ ピーチムース	御飯 鶏肉の照り焼き 大根のみそ炒め みそ汁(おつゆ麩・長葱) フルーツ缶(みかん)	御飯 あぶらかれの煮付け ほうれん草と鶏肉の和え物 みそ汁(かぶの葉・きざみ揚げ) ふりかけ(梅しそ)	<郷土料理 岡山> ばら寿司 大根のゆず味噌かけ お吸物(卵・若芽) メロン	御飯 タンドリーチキン カリフラワーソテー コンソメスープ(小松菜・人参) フルーツ缶(マンゴー)
おやつ	おやつ(和のﾊﾝｹｰｷﾞ抹茶)	おやつ(ﾊｲﾝゼﾘｰ)	おやつ(ﾁｮｺﾊﾞｲ)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(ﾗｲﾁゼﾘｰ)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(スイスロールﾊﾞﾆﾗ)
夕	御飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜のかにあんかけ 青梗菜の和え物 みそ汁(椎茸・大根葉)	御飯 豚肉のしぐれ煮 なすのみそ炒め しろなのみぞれ和え みそ汁(小松菜・とろろ昆布)	御飯 白身魚の塩レモン焼き キャベツの旨め煮 カリフラワーのさっぱり和え みそ汁(玉葱・若芽)	御飯 キッシュ 冬瓜の煮物 畑菜のサラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ (ｷﾞﾊﾞｯｼﾞ・人参)	御飯 鶏肉の葱味噌焼き かぼちゃの甘煮 白菜のごまマヨ和え みそ汁(畑菜・若布)	御飯 鶏肉のクリーム煮 青菜の煮物 ポテトサラダ ｺﾝｽｰﾌﾟ (ｷﾞﾊﾞｯｼﾞ・大根葉)	御飯 さばの漬け焼き さつまいもの煮物 しろなのおえ物 みそ汁(もやし・うずまき麩)

2023年8月献立 (8/27~8/31)

	日	月	火	水	木
	令和05年08月27日(日)	令和05年08月28日(月)	令和05年08月29日(火)	令和05年08月30日(水)	令和05年08月31日(木)
朝	御飯 かつおとじゃが芋の煮物 白菜の梅マヨ和え カルシウム牛乳	御飯 はんぺんの煮物 青梗菜のおかか和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ ほうれん草のピーナッツ和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶの煮物 しろなのゆかり和え カルシウム牛乳	御飯 豆腐と冬瓜の煮物 白菜のゆず風味和え カルシウム牛乳
昼	御飯 白身魚の香味蒸し なすとピーマンの炒め物 みそ汁(冬瓜・油揚げ) ふりかけ(たまご)	御飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 冬瓜の煮物 コリアンブ(小松菜・人参) フルーツ缶(黄桃)	ボークカレー カリフラワーのチリ コリアンブ(かぶ・かぶ菜) 杏仁風ムース	御飯 あぶらかれの煮付け 大根のみそ炒め お吸い物(椎茸・小松菜) ふりかけ(梅しそ)	御飯 さばのみりん焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(油揚げ・かぶ) フルーツ缶(マンゴー)
おやつ	おやつ(いちごゼリー)	おやつ(かすてら)	おやつ(あんパン)	おやつ(野菜ジュースゼリー)	おやつ(クッキー)
夕	御飯 鶏肉の山椒焼き かぶの煮物 ほうれん草の磯風味和え みそ汁(豆腐・小花麩)	御飯 たらの照りだれ焼き 白菜の煮物 しろなのサラダ みそ汁(卵・たまねぎ)	御飯 ホキの生姜煮 かぼちゃの甘煮 畑菜のからし和え みそ汁(えのき・若布)	御飯 ミートローフ ほうれん草のバター炒め 青梗菜のごまマヨ和え コンソメスープ(玉葱・人参)	御飯 回鍋肉 冬瓜の中華煮 しろなのナムル 中華スープ(卵・ねぎ)

