

8月予定献立表

月	火	水	木	金	土
	1 スタミナスープ ビーマンの和え物 バナナ 牛乳もち	2 豆腐の中華炒め オクラの梅肉和え トマト 中華スープ ウィナーロール	3 夏野菜オムレツ 長芋と塩昆布のサラダ テラウェア コンソメスープ ちんすこう	4 魚のホイル蒸し ワカメの胡麻風味和え 鶏がらスープ りんご オレンジゼリー	5 梅肉チャーハン みそ汁 バナナ おにぎり
	7 豚肉と茄子の味噌炒め 春雨の酢の物 みそ汁 オレンジ フルーツヨーグルト	8 中華風卵焼き トマトと胡瓜の和風サラダ <small>かえり炒め 中華スープ キウイ</small> とうもろこし	9 五目煮 青菜のごま和え すまし汁 パイン 黒ゴマラスク	10 魚バーグ ポテトサラダ 人参の甘煮 コンソメスープ りんご 南瓜ドーナツ	11 山の日 
14 冷やしうどん オレンジ おにぎり	15 牛丼 みそ汁 バナナ おにぎり	16 夏野菜カレー トマトサラダ かえり炒め スイカ メロンパン風	17 豆腐ハンバーグ マセドアンサラダ 鶏がらスープ パイン スキムクッキー	18 魚の三色衣揚げ 野菜の納豆和え すまし汁 メロン 南瓜団子	19 ミックスサンド コンソメスープ バナナ おにぎり
21 冷しゃぶのマリネ こんにゃくと厚揚げの煮物 すまし汁 オレンジ ポン・デ黒糖	22 煮魚 <small>ごぼうとセロリの金平 胡瓜のごま和え</small> キウイ みそ汁 すいかクッキー	23 カニカマ入りスクランブルエッグ キャベツの和え物 ししゃも コンソメスープ 冷やし白玉しるこ	24 魚のさっぱり甘酢ソース 大豆入り煮昆布 とうもろこし すまし汁 バナナマフィン	25 レバーの甘辛炒め ポテトサラダ みそ汁 りんご 牛乳プリン	26 和風スパゲッティ ゆで卵 バナナ おにぎり
28 玄米フレークチキン 野菜炒め コンソメスープ オレンジ 竹輪の磯辺揚げ	29 お弁当日  ヨーグルト	30 豆腐のふわふわ揚げ オクラのおかか和え みそ汁 パイン さつま芋スティック	31 誕生会 	美味しい夏野菜をたくさん食べましょう! 「きゅうり」…余分な熱、塩分を取る、のどを潤す。 「なす」…血のめぐりを良くする。 「ピーマン」…血をサラサラにする。 「トマト」…食欲増進・余分な熱を取る、のどを潤す。	

※入荷の都合などにより献立が変更になることがあります。ご了承ください。※