

8月

なでしこの里 献立カレンダー



	日	月	火	水	木	金	土
		8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日
朝食		ふんわり野菜豆腐寄せ 卵の花の炒り煮 金山寺みそ みそ汁 生酢	青のり天 いんげんと木耳の炒め煮 たらこふりかけ みそ汁 味の豆	チキンピカタ 紅あずま甘露煮 納豆 みそ汁 ポテトサラダ	あじさんが焼き サラダ のり佃煮 みそ汁 卵の花	コーンピースオムレツ キャベツサラダサウザン風 のり玉子ふりかけ みそ汁 マカロニサラダ	豆腐のひき肉包み焼き じゃが芋のそぼろ煮 梅干し みそ汁 金時豆
昼食		オムレツ デミソース 春雨きゅうり明太マヨ和え ブロッコリーコンソメ煮	豚肉 カレー風味炒め煮 白菜磯辺和え かに玉	カレイチーズパン粉焼き バジルトマトソース シーフードマリネ じゃこと青菜パスタ	肉団子 八宝菜風 春巻き 青菜白菜塩昆布和え	タラムニエル 彩り野菜ソース 山芋明太サラダ インゲン胡麻和え	味噌肉豆腐 水餃子かにかまあん 五目豆煮
夕食		豚肉野菜 塩だれ炒め煮 えびフリッター しらたきピーマン	豆腐ナゲット バーベキューソース ビーンズサラダ ごぼうごま味噌煮	鶏肉野菜 黒酢和え 車麩煮ねぎ生姜あん 切干中華サラダ	マス利久焼き ひじき煮 キャベツ梅風味	豚肉ゴーヤ 玉子味噌炒め煮 しゅうまい 春雨ナムル	えびクリーム コロケ 切干大根煮 きんぴらごぼう
	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日
朝食	ミニバーグ 切昆布大豆煮 さけふりかけ みそ汁 スパゲティサラダ	スペイン風オムレツ 里芋の鶏そぼろあんかけ 金山寺みそ みそ汁 ごぼうサラダ	いわし入りハンバーグ レンコン金平 のり佃 みそ汁 鶏肉きんぴら	お魚とうふステーキ インゲンの錦糸和え たまごソース みそ汁 ナポリタン	ポイルウイナー 紅あずま甘露煮 たらこふりかけ みそ汁 コーンサラダ	スクランブルエッグ おからと竹輪の炒り煮 たいみそ みそ汁 ささめサラダ	野菜丸揚げ サラダ かつおふりかけ みそ汁 味の豆
昼食	鶏ささみゆかり天 冷奴 春雨中華ソテー	ポークケチャップ コールスローサラダ 花野菜バター風味	きつねうどん 炊き合わせ 青菜辛し和え	サワラ西京焼き キャベツ甘酢和え 枝豆ひじき白和え	鶏ひき肉と 夏野菜カレー メロンムース シーザーサラダ	ロールキャベツ トマトソース 花野菜マスタード和え バジルチーズパンネ	白身魚天ぷら 甘辛あん おすわい 豚肉ゴーヤ玉子味噌炒
夕食	メヌケ煮付け 大根オクラお浸し 白菜酢の物	チーズオムレツ カレーソース マカロニサラダ 野菜炒め煮	たら 香草パン粉焼き キャベツしそひじき和え 里芋たらこサラダ	ハンバーグ デミソース じゃが芋コーンクリーム煮 インゲンマヨポン酢和え	サケムニエル 明太タルタルソース オクラごま和え うの花サラダ	豚肉回鍋肉風 長芋白菜お浸し 大根かにかまあん	タンドリーチキン ナポリタン 紅あずまサラダ
	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日
朝食	つくね大場巻き 筍の金平 金山寺みそ みそ汁 卵の花	千草玉子焼き 菜の花のお浸し 梅干し みそ汁 ナポリタン	チキンナゲット ひじき蓮根 金山寺みそ みそ汁 コーンサラダ	オムレツ さつま芋のいとこ煮 のりたまふりかけ みそ汁 スパゲティサラダ	チキンピカタ ふき土佐煮 野菜ふりかけ みそ汁 ポテトサラダ	フィッシュソーセージ 菜の花のお浸し えびみそ みそ汁 マカロニサラダ	鮭寄せ ひじき煮 納豆 みそ汁 味の豆
昼食	赤魚柚子塩漬け トマト肉じゃが 炊き合わせ	そうめん 青菜さつま揚げ煮浸し 小えびと里芋揚げ団子	豚肉ごぼう 柳川風煮 野沢菜昆布お浸し 大根磯辺和え	チンジャオロース 切干ひじきサラダ さつまいも白和え	サバ赤味噌漬け 里芋ごま和え 五目豆煮	カレイ塩こうじ焼き 揚げだしきのこあん 根菜煮	たら味噌漬け 彩り野菜マリネ 豆腐しんじょう天
夕食	豚肉切干 中華炒め煮 ひじき煮 餃子	さわら照り焼き 車麩煮そぼろあん オクラ煮浸し	ミートローフ トマトソース ビーンズサラダ そぼろポテト	赤魚煮付け 白菜酢の物 青菜お浸し	鶏ささみ バジルソテー シーザーサラダ 春雨中華和え	豚肉青菜 和風だし炒め煮 なす煮浸し キャベツ塩昆布和え	鶏肉山賊焼き 長芋辛し和え かぼちゃサラダ
	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日
朝食	厚焼玉子 切干大根煮 野菜ふりかけ みそ汁 ごぼうサラダ	ソーセージステーキ 菜の花のお浸し かつおふりかけ みそ汁 コーンサラダ	じゃがいもオムレツ ふきの煮物 たいみそ みそ汁 ナポリタン	ミートボール カリフラワーフレンチサラダ のり玉子ふりかけ みそ汁 マカロニサラダ	焼きさつま揚げ たけのこの煮物 梅干し みそ汁 金時豆	スペイン風オムレツ 春雨中華サラダ のり佃煮 みそ汁 ささめサラダ	つくね大葉巻き サラダ 野菜ふりかけ みそ汁 生酢
昼食	豆腐ステーキ ねぎおろしポン酢 春雨ゆかりマヨサラダ 炊き合わせ	醤油ラーメン 餃子 大根酢の物	シーフードカレー パニナムース コールスローサラダ	赤魚梅味噌焼き 花野菜胡麻ドレサラダ ピーマンじゃこ山椒炒め	えびカツ タルタルソース じゃが芋きのこソテー ツナマカロニサラダ	鶏ささみ照り焼き キャベツ梅しらす和え オクラ煮浸し	肉団子と野菜 トマト煮 オムレツ インゲン甘辛煮
夕食	サバ生姜醤油焼き オクラ湯葉お浸し 白菜梅風味	オムレツ ミートソース 青菜ツナ大豆和え じゃが芋きんぴら	かにクリーム コロケ ナポリタン ポテトサラダ	豚肉生姜炒め煮 春巻き 切干ナムル	ハンバーグ トマトソース 車麩煮そぼろあん 青菜玉子和え	豆腐ナゲット マスタードソース 切干ごまポン酢和え 野菜炒め煮	マス磯辺焼き 揚げだしおろしあん ビーンズサラダ
	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日			
朝食	香味シューマイ チンゲン菜のカニカマ和え 金山寺みそ みそ汁	ミニハンバーグ 卵の花の炒り煮 のり佃 みそ汁	ふんわり野菜の豆腐よせ いんげんと木耳の炒め煮 たまごソース みそ汁 いわし甘露煮	ちぐさ玉子焼き 紅あずま甘露煮 さけふりかけ みそ汁 ポテトサラダ			
昼食	赤魚粕漬け 白菜おかか和え 里芋ごま和え	豆腐ハンバーグ 青じそおろしソース 青菜お浸し バジルチーズパンネ	豚肉ピーマン オイスター煮 大根ねぎ生姜あん ブロッコリー辛し和え	とろろそば 炊き合わせ 白菜ゆかり和え			
夕食	鶏肉根菜旨煮 キャベツしそひじき和え きのこ白和え	豚焼肉風炒め 春雨サラダ えびフリッター	さわら 香草パン粉焼き キャベツかにかま和え 五目豆煮	天ぷら盛り合わせ 青菜大根お浸し ごぼう甘辛煮			