

社会福祉法人報徳会 8月献立表



日	月	火	水	木	金	土
<p>★今月のとっておきメニュー★</p> <ul style="list-style-type: none"> ✿とうもろこし御飯 ✿お盆 赤飯・煮しめ・茶わん蒸し ✿冷やしとろろそば <p>その他、とうもろこしやとろろなど夏らしい食材を取り入れた献立も予定しています。きゅうりやトマトなど夏が旬の野菜は体温を下げてくれる効果があります。気温も高く、食欲が落ちやすい時期、おいしく食べて熱中症にも気をつけましょう！</p>						1
						御飯 みそ汁(ふのり) れんこんと昆布の煮物 白花豆甘煮 漬物
						御飯 みそ汁(しめじ) ほっけ漬け焼き 根菜の炒り豆腐 キャリとカマの生姜和え 牛乳
						御飯 みそ汁(もやし) 鶏団子の甘辛煮 人参の子和え 和風ポテトサラダ
2	3	4	5	6	7	8
御飯 みそ汁(フグソ菜) 鯖のみそ煮 ちーちく バナナ	御飯 みそ汁(わかめ) やわらかがんも煮 みかん缶 醤油昆布	御飯 味噌汁(たまねぎ) スクランブルエッグ 大豆五目煮 漬物	御飯 みそ汁(大根菜) ちくわと昆布の煮物 納豆 もも缶	御飯 みそ汁(厚揚げ) 三色いなり煮 カニサラダ 漬物	御飯 みそ汁(ちんげん菜) 金平ごぼう うめくらげ バナナ	御飯 みそ汁(あおさ) 切干大根 さつま金時 漬物
御飯 味噌汁(キャベツ) たらの味噌漬け焼き ふきといなりの煮物 なめ茸トマト 牛乳	御飯 みそ汁(わらび) 焼魚(サーモンハラス) カブとソーセージのコンソメ煮 小松菜のくるみ和え 牛乳	御飯 トマツナそうめん すき昆布の炒物 すいか 牛乳	御飯 味噌汁(豆腐) ミズと豚肉の炒め 野菜しゅうまい 焼きなす 牛乳	御飯 みそ汁(ふのり) さんまのごまつけ焼き 人参と枝豆のかき揚げ とろろてん 牛乳	とうもろこし御飯 清汁(はんぺん) いんげんと豚肉のみそ炒め 大根とイカの含め煮 パイン	御飯 みそ汁(じゃが芋) あじの南蛮漬け ごぼう炒り煮 ほうれん草おひたし 牛乳
御飯 味噌汁(大根) 豚肉のスタミナ炒め 玉ねぎの卵とじ もずく酢	御飯 みそ汁(あおさ) 肉じゃが なすの鍋しぎ 金時豆	御飯 みそ汁(白菜) さめの田楽 野菜天の含め煮 なめこおろし和え	御飯 みそ汁(里芋) 焼き魚(目抜き) ロールキャベツ いんげんのごま和え	御飯 味噌汁(ふき) 和風オムレツ カリフラワーのマヨネーズ 山東菜のビーツ和え	御飯 みそ汁(白菜) 焼き魚(ほっけ) 夏野菜の揚げ浸し たまごサラダ	御飯 みそ汁(わらび) 鶏肉とお豆のトマト煮 もやしとツナ炒め 野沢菜めかぶ
9	10	11	12	13	14	15
御飯 みそ汁(玉ねぎ) にしんの煮炊き 笹かまぼこ 漬物	御飯 みそ汁(しめじ) かぼちゃの鶏そぼろ煮 リンゴシロップ漬 あみ佃煮	御飯 みそ汁(はんぺん) 鮭塩焼き ポテトサラダ 漬物	御飯 みそ汁(キャベツ) 大根と昆布の煮物 ヨーグルト 漬物	御飯 みそ汁(じゃが芋) 筍とふきの煮物 もも缶 納豆	御飯 みそ汁(ほうれん草) じゃが芋そぼろ煮 マカロニサラダ ふりかけ	御飯 みそ汁(玉ねぎ) うの花いり すじこ 金時豆
御飯 みそ汁(もやし) 酢豚風炒め 春雨ソテー オクラのごま和え 牛乳	御飯 冬瓜とカニのスープ さば照り焼き 麻婆茄子 メロン 牛乳	御飯 みそ汁(えのき) さわらのマヨネーズ焼き ズッキーニソテー 胡瓜とみょうがの甘酢あえ 牛乳	御飯 みそ汁(なめこ) 牛肉とリンゴの甘辛炒め ひじきの玉子焼き ブロッコリーおかか和え 牛乳	御飯 赤飯 清汁(ゆば) 焼き魚(つばだい) 煮しめ 紅白なます	御飯 味噌汁(ふき) 豚キムチ かぼちゃのいとこ煮 わかろと菊なめこ 牛乳	御飯 みそ汁(白菜) さんまのかばやき きのこのバター醤油ソテー わかろのビーツ和え 牛乳
御飯 しじみ汁 赤魚の卵あん じゃがぼうま煮 ゆば刺し	御飯 みそ汁(わかめ) レバーと野菜の甘辛ソテー 小松菜のからし和え とろろ芋	御飯 味噌汁(とろろ昆布) 八宝菜 ピーマンとじゃこ炒り 玉子豆腐	御飯 みそ汁(ふのり) カレイ塩焼き 五目ピーマン パンプキンサラダ	御飯 みそ汁(棒麩) 鶏の八幡巻 茶わん蒸し さもだしの塩辛	御飯 潮汁(あさり) ホキ味噌漬け焼き 焼きなすカニかま添え セロリとささみのサラダ	御飯 みそ汁(わかめ) とり大根 フグソ菜とえびの塩炒め 人参フレンチ

16	17	18	19	20	21	22
御飯 味噌汁(ふき) いわしの煮炊き ヨーグルト 漬物	御飯 味噌汁(たまねぎ) 揚げなすの味噌炒め たけのこ土佐煮 漬物	御飯 みそ汁(はんぺん) 切干大根 とろろ芋 カニカマ卵ロール	御飯 みそ汁(ほうれん草) ぜんまい炒り バナナ 漬物	御飯 みそ汁(厚揚げ) 金平ごぼう 納豆 ぶどう缶	御飯 みそ汁(しめじ) とうふと海老サンド もも缶 あみ佃煮	御飯 みそ汁(わらび) うの花炒り マカロニサラダ 漬物
御飯 味噌汁(豆腐) かぼちゃのオムレツ 麻婆もやし もずく酢 牛乳	御飯 なめこの味噌汁 鶏のさっぱり酢正油煮 キャベツとあさりの酒蒸し 納豆草のナムル 牛乳	夏やさいカレー かぼちゃとピーマン炒め メロン ジョア	御飯 みそ汁(もやし) カレイ塩焼き 人参と竹のスパイス炒め セロリとわかめの中華風 牛乳	御飯 わかめスープ エビカツ 白菜のめかぶ和え たまご炒め 牛乳	御飯 味噌汁(キャベツ) 赤魚の粕漬け焼き ジャーマンポテト きゅうりなます 牛乳	御飯 みそ汁(里芋) 牛肉と舞茸炒め 炒り豆腐 イカとネギの酢味噌和え 牛乳
御飯 みそ汁(ふのり) 豚肉とニラの炒め かにの重ね蒸し みょうが奴	御飯 味噌汁(大根) さんま生姜煮 小松菜のツマヨサラダ なめたけきゅうり	御飯 味噌汁(舞茸) 焼き魚(ほっけ) レバニラ 野沢菜めかぶ	御飯 みそ汁(里芋) 豆腐ハンバーグ みず油炒め フレンチトマト	御飯 味噌汁(わらび) あじのつけ焼き さつま芋のきつね煮 小松菜のからし和え	御飯 みそ汁(かぼちゃ) 果ごもり卵 三色いなり煮 なめたけおろし	御飯 みそ汁(しじみ) かすべのしょうが煮 小松菜のそぼろ炒め みょうが漬
23	24	25	26	27	28	29
御飯 みそ汁(もやし) 厚焼きたまご さつま金時 漬物	御飯 みそ汁(小松菜) ひじきの煮物 納豆 みかん缶	御飯 みそ汁(白菜) いわしの煮炊き 温泉卵 笹かまぼこ	御飯 みそ汁(大根菜) 筍とふきの煮物 味噌漬 金時豆	御飯 みそ汁(厚揚げ) うの花 うめくらげ ヨーグルト	御飯 みそ汁(はんぺん) ちくわと昆布の炒り煮 ポテトサラダ バナナ	御飯 味噌汁(白菜) 鮭玉子とじ オクラごま和え 漬物
御飯 清汁(はんぺん) たらのみそ田楽 ほうれん草とピーマン炒め ゆかりとろろ 牛乳	御飯 中華スープ 豚肉となすの辛みそ炒め 魚河岸の煮付け レタスのごまサラダ 牛乳	ロールパン コーンスープ 照り焼きチキン コーンスープ フルーツポンチ	御飯 みそ汁(あおさのり) 白身魚の野菜あん ギョーザ もやしのナムル 牛乳	御飯 みそ汁(じゃが芋) チンジャオロース がんも含め煮 わりとりの柚子和え 牛乳	御飯 味噌汁(ふき) たらのムニエル なすのひき肉炒め にんじんのおかかマヨ 牛乳	冷やしとろろそば 玉ねぎと蒸し鶏のマリネ オレンジ 牛乳
御飯 みそ汁(山東菜) 肉じゃが ふきと厚揚げの炒り煮 モロヘイヤの梅肉和え	御飯 味噌汁(たまねぎ) 鮭のみそマヨ焼き とうがんのカニあんかけ みそしそ巻き	御飯 清汁(水菜) かれない味噌煮 きのこのペペロン風 醤油昆布	御飯 みそ汁(わらび) 豚肉の玉子とじ さつま芋レモン煮 いんげん胡麻あえ	御飯 みそ汁(大根) 赤魚白煮 豆腐のとろみ煮 小松菜のからし和え	御飯 すまし汁(あおさ、板ふ) 鶏とごぼうのソテー炒り 生姜みそ煮大根 ところてん	御飯 みそ汁(しじみ) お魚バーガーの温野菜添え ナポリタン風 パンプキンサラダ
30	31					
御飯 みそ汁(ちんげん菜) 豆腐のエビサンド ふきの土佐煮 なめ茸	御飯 みそ汁(しめじ) てりやき大豆ボール みかん缶 鮭フレーク					
御飯 みそ汁(小松菜) オムレツ たけのこの煮物 花野菜サラダ 牛乳	御飯 みそ汁(わかめ) ポークビーンズ ツナじゃが 納豆草の菜種和え 牛乳					
御飯 みそ汁(ふのり) 牛スタミナ炒め 山東菜のごま和え めかぶ酢	御飯 みそ汁(キャベツ) さめのつけ焼き 里芋煮ころがし 大根カニサラダ					