

8月献立表(桜ホーム)

1 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) *蒧の金平(豚肉、人参) *ハンパンの炊き合わせ	1 日昼	*ご飯*南瓜煮 *豚の生姜焼き(玉葱) *ワカメスープ(ゴマ、生姜)*バナナ	1 日夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、豆腐、葱) *魚の煮付(赤魚、生姜) *素麺瓜の酢物(胡瓜、ジャコ)
2 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、じゃが芋、葱) *姫高野の炊き合わせ(里芋) *刻み昆布の炒り煮(人参、薄揚げ)	2 日昼	*ご飯*鶏マヨ(キャベツ) *キャベツとツナのマヨ和え(コーン) *コンソメスープ(玉葱、ペーコン)*パイン	2 日夕	*ご飯*味噌汁(茄子、オクラ、葱) *肉じゃが(豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸コン) *ピーマンと竹輪の金平
3 日朝	*ご飯*味噌汁(茄子、玉葱) *豆腐つくね団子のトマトソースかけ *キャベツとキノコのソテー(ペーコン)	3 日昼	*ご飯*すまし汁(麩、ワカメ) *ゴーヤチャンプル(豚肉、人参、豆腐、玉子) *酢物(胡瓜、ワカメ、カニカマ)*キウイ	3 日夕	*ご飯*鶏の照り焼き(レタス) *茄子とがんもの煮物 *豚汁(さつま芋、人参、蒧蒧)
4 日朝	*ご飯*味噌汁(エリンギ、薄揚げ) *鱈のみりん焼き(人参) *竹の子の土佐煮(鯉節)	4 日昼	*ご飯*かき玉汁(玉子、葱、オクラ) *酢豚(玉葱、ピーマン、人参) *カニカマ、胡瓜のゴマドレ和え*バナナ	4 日夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱) *南瓜コロッケ(ミンチ、玉葱)(レタス) *高野豆腐含め煮(人参、椎茸)
5 日朝	*ご飯*味噌汁(厚揚げ、エノキ、葱) *ソーセージ平天と里芋の煮物 *キノ味噌茄子(平茸、ナメ、椎茸、豚肉、牛肉)	5 日昼	*ご飯*ワンタンスープ(葱)*リンゴ *豚キムチ(玉葱、玉子) *南瓜サラダ(胡瓜、玉子、レースン)	5 日夕	*ご飯*ひじき煮(角天、人参) *味噌汁(大根、麩、葱) *鱈の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン)
6 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ワカメ、葱) *カニ出汁巻き玉子 *カワラワの和風あんかけ(人参、竹の子、玉葱)	6 日昼	*ご飯*中華スープ(水餃子、葱、人参) *牛肉、ピーマン、エリンギのオイスターソース炒め(玉葱) *サラダ(春雨、胡瓜、ハム)*リンゴ	6 日夕	*ご飯*ひじきの白和え *メヌケの磯辺焼き(オクラ添え) *味噌汁(エノキ、人参)
7 日朝	*ご飯*お魚厚揚げ *味噌汁(じゃが芋、人参、葱) *冬瓜のエビあんかけ(玉葱、人参)	7 日昼	*ハヤシライス(豚肉、玉葱)*バナナ *ポテサラ(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(エノキ、ワカメ、葱)	7 日夕	*ご飯*鯖のおろし煮 *キャベツと竹輪の煮浸し *味噌汁(ナス、玉葱、揚げ玉)
8 日朝	*ご飯*味噌汁(薄揚げ、玉葱、ワカメ) *木の葉豆腐盛合せ(玉葱、南瓜) *鶏肉と里芋の照り煮(人参)	8 日昼	☆夏祭り*ご飯*すまし汁(トロロ、麩、葱) *ヤキソバ(豚肉、玉葱、人参、ピーマン) *茄子とピーマンの味噌煮*スィカ	8 日夕	*ご飯*味噌汁(シメジ、ワカメ、葱) *子宝煮(鶏ミンチ、MIXベジ、玉子) *南瓜サラダ(胡瓜、ハム)
9 日朝	*ご飯*味噌汁(揚げ玉、エノキ、葱) *ハンパンの炊き合わせ(蓮根) *大根の豆そぼろあんかけ	9 日昼	*ご飯*鯖の煮付*キウイ、オレンジ *サラダ(胡瓜、ハム、玉子、レタス、トマト) *味噌汁(薄揚げ、じゃが芋、玉葱)	9 日夕	*ご飯*味噌汁(キャベツ、エノキ) *かき揚げ(玉葱、人参、ピーマン、大豆) *酢物(、胡瓜、ハム、玉子、春雨)
10 日朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、ワカメ) *スクランブルエッグ盛合せ(MIXベジ、人参、トウモロコシ) *ツナじゃが(人参、玉葱)*ヤクルト	10 日昼	*チリシ寿司(玉子、テンプ、海苔) *チキンカツ(レタス、トマト)*すまし汁(角天、トロロ、葱) *酢物(胡瓜、ワカメ、カニカマ)*フルーツゼリー	10 日夕	*ご飯*ひじき煮(角天、人参)人参 *煮込みハンバーグ(ミンチ、玉葱、シメジ) *味噌汁(ナス、豆腐、葱)
11 日朝	*ご飯*味噌汁(エノキ、薄揚げ、葱) *海老稲荷と人参の煮物 *茄子と椎茸のそぼろあんかけ	11 日昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) *あらめの煮物(薄揚、人参) *味噌汁(じゃが芋、椎茸、葱)*バナナ	11 日夕	*ご飯*すまし汁(ワカメ、トロロ、葱) *鰯のムニエル*ほうれん草のお浸し *オクラのおかず和え(エノキ、人参)
12 日朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、シメジ、葱) *鯖の塩焼き *南瓜と昆布巻きの煮付	12 日昼	*ご飯*コンソメスープ(玉葱、ペーコン) *春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子) *チキンカツ(レタス、トマト)*ぶどう	12 日夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、ナス、エノキ) *麻婆茄子(ミンチ、葱) *きんぴら牛蒡(人参)
13 日朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、人参) *千草焼き*ヨーグルト *里芋の野菜あんかけ	13 日昼	*ゆかりご飯*かき玉汁(葱) *ぶっかけ素麺(ハム、胡瓜) *じゃが芋と赤天煮*スィカ	13 日夕	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、トロロ) *ひじきと野菜の豆腐あんかけ *白菜の卵とじ
14 日朝	*三角絹厚揚げの炊き合わせ(人参) *洋風きんぴら牛蒡(ペーコン、人参、蒧蒧、牛蒡) *味噌汁(玉葱、ワカメ)	14 日昼	*カレーライス(じゃが芋、牛肉、玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(麩、トロロ、葱)*リンゴ	14 日夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、エノキ、葱) *鰯の玉葱ソース(三色ピーマン) *冬瓜の含め煮
15 日朝	*ご飯*味噌汁(薄揚、葱) *高野豆腐の炊き合わせ *筍とあさりの煮物	15 日昼	*ご飯*豚の生姜焼き(玉葱) *ポテサラ(胡瓜、ハム、玉子) *ワカメスープ(葱)*ぶどう	15 日夕	*ご飯*味噌汁(ワカメ、葱) *筑前煮(鶏肉、人参、蒧蒧、牛蒡) *酢物(、胡瓜、カニカマ)
16 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ワカメ、葱) *豆乳しんじょの煮物(鱈、人参、玉葱、牛蒡) *人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	16 日昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) *ひじき煮(人参、角天) *味噌汁(玉葱、豆腐)*イチジク	16 日夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱) *南瓜の煮物 *赤魚の煮付け

8月献立表(桜ホーム)

17 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ナス) *豆腐ナゲットのオーロソース *青梗菜とコーンのソテー*ヤクルト	17 日 昼	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、トロロ) *鶏の唐揚げ(レタス)*ハナナ、キウイ *胡瓜とシーチキンの中華サラダ(人参)	17 日 夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、麩、葱) *肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) *キャベツの酢物(ワカメ)
18 日 朝	*ご飯*味噌汁(エリンギ、豆腐、葱) *ツナ入りスクランブル *ジャガミート(トマト、玉葱、ミンチ)	18 日 昼	*炊込みご飯(鶏肉、人参、椎茸、牛蒡) *キャベツとシーチキンの酢物 *味噌汁(玉葱、麩、葱)*ハナナ	18 日 夕	*ご飯*ササミのピカタ(レタス) *切干大根(人参、角天) *吸い物(ワカメ、玉葱)
19 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱) *肉詰め稲荷の煮物(椎茸煮添え) *ひじきとさつま揚げの煮物(人参)	19 日 昼	*ご飯*味噌汁(シメジ、ワカメ、葱) *牛肉と豆腐の煮物(糸コン) *オクラと竹輪の和え物*リンゴ	19 日 夕	*ご飯*味噌汁(ナス、葱) *鰯の南蛮漬け(ピーマン、赤玉葱、人参) *あらめ煮(人参、角天)
20 日 朝	*ご飯*味噌汁(麩、ワカメ) *鯖照焼(ブロッコリー)*ヨーグルト *田舎煮(人参、椎茸、牛蒡、玉葱)	20 日 昼	☆誕生日メニュー・チリ寿司(玉子、デンプ) ・鯖の甘辛煮(生姜)、すまし汁(シメジ、ワカメ) ・ホテサラ(胡瓜、魚肉ソーセージ)、フルーツゼリー	20 日 夕	*ご飯*チヂミ(イカ) *鰯のあんかけ豆腐 *味噌汁(じゃが芋、玉葱)
21 日 朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、葱) *ベーコンスクランブルエッグ *カブとエビの蒸し煮	21 日 昼	*ご飯*味噌汁(ナス、オクラ) *厚揚げのそぼろ煮 *胡瓜の甘酢和え(ゴマ)*ハナナ	21 日 夕	*ご飯*すまし汁(麩、エノキ、葱) *厚揚げとぜんまい煮 *ホキのムニエルマトソース(人参、玉葱)
22 日 朝	*ご飯*お魚厚揚げ *味噌汁(人参、エノキ、葱) *切昆布と大豆の煮物(人参)	22 日 昼	*カレーライス(じゃが芋、牛肉、玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) *コンソメスープ(玉葱、ベーコン)*ハナナ	22 日 夕	*ご飯*冷奴(葱、生姜) *夏野菜の天ぷら(オクラ、ナス、南瓜、人参) *さつま芋の茎煮*すまし汁(ワカメ、葱)
23 日 朝	*ご飯*海苔出汁巻き *青梗菜とハンパンの煮浸し *味噌汁(玉葱、ナス、葱)	23 日 昼	*ご飯*すまし汁(豆腐、トロロ、葱) *麻婆茄子(ミンチ)*リンゴ *オクラの梅肉和え	23 日 夕	*ご飯*ひじきの煮物(角天、人参) *赤魚のキノコあんかけ(エノキ、シメジ) *味噌汁(豆腐、薄揚げ、葱)
24 日 朝	*ご飯*カボチャのコンソメ煮 *ロールキャベツ盛合せ(玉葱、鶏肉、ウインナー、ブロッコリー) *味噌汁(シメジ、玉葱、葱)	24 日 昼	*小ご飯*焼売*キウイ *冷やし中華(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(エノキ、豆腐、葱)	24 日 夕	*ご飯*味噌汁(南瓜、ナス、葱) *鶏の手羽元のホン酢煮(ナス煮添) *ピーマンと竹輪の甘辛煮
25 日 朝	*ご飯*鯖の煮付 *切干大根煮(人参、薄揚)(インゲン添え) *味噌汁(豆腐、キャベツ、葱)	25 日 昼	*ご飯*かき玉汁(ワカメ、葱)*オレンジ *肉団子のケチャップ煮(玉葱、ピーマン) *キャベツとカニカマの酢味噌和え	25 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩、葱) *酢物(胡瓜、カニカマ) *豚カツ(レタス、トマト)
26 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、麩、葱) *スパニッシュオムレツ(ピーマン、ベーコン、玉葱、チーズ) *里芋の柚子あんかけ	26 日 昼	*三色丼(鶏ミンチ、枝豆、玉子) *がんもの煮物(南瓜)*ハナナ *ワカメスープ(エノキ、ゴマ、生姜)	26 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、豆腐、葱) *ナスと厚揚げの味噌煮 *酢物(胡瓜、春雨、ハム、玉子)
27 日 朝	*ご飯*味噌汁(ワカメ、エノキ、葱) *鯛のつみれ煮*菜の花の煮浸し *牛蒡の中華炒め(人参、ゴマ)*ヨーグルト	27 日 昼	*チリ寿司(玉子、海苔)*リンゴ *牛肉のすき煮(豆腐、エノキ、麩、葱) *胡瓜の塩昆布和え*すまし汁(ハンパ、トロロ)	27 日 夕	*ご飯*さつま芋の蜜煮 *メルルーサの竜田揚げ *すまし汁(玉葱、エノキ、葱)
28 日 朝	*ご飯*大根の含め煮(人参) *味噌汁(小松菜、厚揚げ、葱) *蒟と信田煮の炊き合わせ	28 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(MIXベジ、ベーコン) *豚の生姜焼き(玉葱)(レタス、トマト) *モヤシと竹輪の酢物	28 日 夕	*ご飯*吸い物(豆腐、トロロ、葱) *鯖のチリソースかけ(人参、玉葱) *三角稲荷と椎茸の煮物
29 日 朝	*ご飯*じゃが芋の土佐煮 *五目出汁巻き(人参、キクラゲ) *味噌汁(さつま芋、薄揚、葱)	29 日 昼	*牛丼(玉葱、紅生姜) *茄子の煮物(角天) *中華スープ(ワカメ、葱)*梨	29 日 夕	*ご飯*南瓜煮 *味噌汁(じゃが芋、薄揚げ、葱) *鰯の南蛮漬け(人参、玉葱、ピーマン)
30 日 朝	*ご飯*味噌汁(シメジ、葱) *枝豆がんと椎茸の煮物 *野菜の塩だれ炒め(人参、玉葱、シメジ)	30 日 昼	*ご飯*あらめ煮(人参、長天) *ホークチャップ(玉葱、ピーマン、人参)(キャベツ、トマト) *吸い物(豆腐、椎茸、葱)*オレンジ	30 日 夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、オクラ) *かき揚げ(玉葱、人参、南瓜、パセリ) *ホテサラ(胡瓜、はむ、玉葱、玉子)
31 日 朝	*小ご飯、バターロール*コンソメスープ*ヤクルト *ミートボール盛合せ(玉葱、スタップエンドウ)(人参のソテー) *セロリとベーコンのコンソメ煮	31 日 昼	*ご飯*ワカメスープ(玉子、葱) *茄子のしぎ焼き(豚肉、ピーマン、玉葱) *胡瓜とシーチキンの酢物*りんご	31 日 夕	*ご飯*白菜のくたくた煮(人参) *味噌汁(薄揚げ、玉葱、葱) *酢豚(玉葱、人参、ピーマン)

8月献立表(銀杏ホーム)

1 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) *蒧の金平(豚肉、人参) *ハンパンの炊き合わせ	1 日昼	*ご飯*南瓜煮 *豚の生姜焼き(玉葱) *ワカメスープ(ゴマ、生姜)*バナナ	1 日夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、豆腐、葱) *魚の煮付(赤魚、生姜) *素麺瓜の酢物(胡瓜、ジャコ)
2 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、じゃが芋、葱) *姫高野の炊き合わせ(里芋) *刻み昆布の炒り煮(人参、薄揚げ)	2 日昼	*ご飯*鶏マヨ(キャベツ) *キャベツとツナのマヨ和え(コーン) *コンソメスープ(玉葱、ペーコン)*パイン	2 日夕	*ご飯*味噌汁(茄子、オクラ、葱) *肉じゃが(豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、糸コン) *ピーマンと竹輪の金平
3 日朝	*ご飯*味噌汁(茄子、玉葱) *豆腐つくね団子のトマトソースかけ *キャベツとキノコのソテー(ペーコン)	3 日昼	*ご飯*すまし汁(麩、ワカメ) *ゴーヤチャンプル(豚肉、人参、豆腐、玉子) *酢物(胡瓜、ワカメ、カニカマ)*キウイ	3 日夕	*ご飯*鶏の照り焼き(レタス) *茄子とがんもの煮物 *豚汁(さつま芋、人参、蒟蒻)
4 日朝	*ご飯*味噌汁(エリンギ、薄揚げ) *鱈のみりん焼き(人参) *竹の子の土佐煮(鯉節)	4 日昼	*ご飯*かき玉汁(玉子、葱、オクラ) *酢豚(玉葱、ピーマン、人参) *カニカマ、胡瓜のゴマドレ和え*バナナ	4 日夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱) *南瓜コロッケ(ミンチ、玉葱)(レタス) *高野豆腐含め煮(人参、椎茸)
5 日朝	*ご飯*味噌汁(厚揚げ、エノキ、葱) *ソーセージ平天と里芋の煮物 *キノ味噌茄子(平茸、ナメ、椎茸、豚肉、牛肉)	5 日昼	*ご飯*ワンタンスープ(葱)*リンゴ *豚キムチ(玉葱、玉子) *南瓜サラダ(胡瓜、玉子、レースン)	5 日夕	*ご飯*ひじき煮(角天、人参) *味噌汁(大根、麩、葱) *鱈の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン)
6 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ワカメ、葱) *カニ出汁巻き玉子 *カワラワの和風あんかけ(人参、竹の子、玉葱)	6 日昼	*ご飯*中華スープ(水餃子、葱、人参) *牛肉、ピーマン、エリンギのオイスターソース炒め(玉葱) *サラダ(春雨、胡瓜、ハム)*リンゴ	6 日夕	*ご飯*ひじきの白和え *メヌケの磯辺焼き(オクラ添え) *味噌汁(エノキ、人参)
7 日朝	*ご飯*お魚厚揚げ *味噌汁(じゃが芋、人参、葱) *冬瓜のエビあんかけ(玉葱、人参)	7 日昼	*ハヤシライス(豚肉、玉葱)*バナナ *ポテサラ(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(エノキ、ワカメ、葱)	7 日夕	*ご飯*鯖のおろし煮 *キャベツと竹輪の煮浸し *味噌汁(ナス、玉葱、揚げ玉)
8 日朝	*ご飯*味噌汁(薄揚げ、玉葱、ワカメ) *木の葉豆腐盛合せ(玉葱、南瓜) *鶏肉と里芋の照り煮(人参)	8 日昼	*ご飯*すまし汁(トロロ、麩、葱) *ヤキソバ(豚肉、玉葱、人参、ピーマン) *茄子とピーマンの味噌煮*スィカ	8 日夕	*ご飯*味噌汁(シメジ、ワカメ、葱) *子宝煮(鶏ミンチ、MIXベジ、玉子) *南瓜サラダ(胡瓜、ハム)
9 日朝	*ご飯*味噌汁(揚げ玉、エノキ、葱) *ハンパンの炊き合わせ(蓮根) *大根の豆そぼろあんかけ	9 日昼	*ご飯*鯖の煮付*キウイ、オレンジ *サラダ(胡瓜、ハム、玉子、レタス、トマト) *味噌汁(薄揚げ、じゃが芋、玉葱)	9 日夕	*ご飯*味噌汁(キャベツ、エノキ) *かき揚げ(玉葱、人参、ピーマン、大豆) *酢物(、胡瓜、ハム、玉子、春雨)
10 日朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、ワカメ) *スクランブルエッグ盛合せ(MIXベジ、人参、トウモロコシ) *ツナじゃが(人参、玉葱)*ヤクルト	10 日昼	*チリシ寿司(玉子、テンプ、海苔) *チキンカツ(レタス、トマト)*すまし汁(角天、トロロ、葱) *酢物(胡瓜、ワカメ、カニカマ)*フルーツゼリー	10 日夕	*ご飯*ひじき煮(角天、人参)人参 *煮込みハンバーグ(ミンチ、玉葱、シメジ) *味噌汁(ナス、豆腐、葱)
11 日朝	*ご飯*味噌汁(エノキ、薄揚げ、葱) *海老稲荷と人参の煮物 *茄子と椎茸のそぼろあんかけ	11 日昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) *あらめの煮物(薄揚、人参) *味噌汁(じゃが芋、椎茸、葱)*バナナ	11 日夕	*ご飯*すまし汁(ワカメ、トロロ、葱) *鰯のムニエル*ほうれん草のお浸し *オクラのおかず和え(エノキ、人参)
12 日朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、シメジ、葱) *鯖の塩焼き *南瓜と昆布巻きの煮付	12 日昼	*ご飯*コンソメスープ(玉葱、ペーコン) *春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子) *チキンカツ(レタス、トマト)*ぶどう	12 日夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、ナス、エノキ) *麻婆茄子(ミンチ、葱) *きんぴら牛蒡(人参)
13 日朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、人参) *千草焼き*ヨーグルト *里芋の野菜あんかけ	13 日昼	*ゆかりご飯*かき玉汁(葱) *ぶっかけ素麺(ハム、胡瓜) *じゃが芋と赤天煮*スィカ	13 日夕	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、トロロ) *ひじきと野菜の豆腐あんかけ *白菜の卵とじ
14 日朝	*三角絹厚揚げの炊き合わせ(人参) *洋風きんぴら牛蒡(ペーコン、人参、蒟蒻、牛蒡) *味噌汁(玉葱、ワカメ)	14 日昼	*カレーライス(じゃが芋、牛肉、玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(麩、トロロ、葱)*リンゴ	14 日夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、エノキ、葱) *鰯の玉葱ソース(三色ピーマン) *冬瓜の含め煮
15 日朝	*ご飯*味噌汁(薄揚、葱) *高野豆腐の炊き合わせ *筍とあさりの煮物	15 日昼	*ご飯*豚の生姜焼き(玉葱) *ポテサラ(胡瓜、ハム、玉子) *ワカメスープ(葱)*ぶどう	15 日夕	*ご飯*味噌汁(ワカメ、葱) *筑前煮(鶏肉、人参、蒟蒻、牛蒡) *酢物(、胡瓜、カニカマ)
16 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ワカメ、葱) *豆乳しんじょの煮物(鱈、人参、玉葱、牛蒡) *人参の炒め煮(蒲鉾、薄揚)	16 日昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) *ひじき煮(人参、角天) *味噌汁(玉葱、豆腐)*イチジク	16 日夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱) *南瓜の煮物 *赤魚の煮付け

8月献立表(銀杏ホーム)

17 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、ナス) *豆腐ナゲットのオーロソース *青梗菜とコーンのソテー*ヤクルト	17 日 昼	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、トロロ) *鶏の唐揚げ(レタス)*バナナ、キウイ *胡瓜とシーチキンの中華サラダ(人参)	17 日 夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、麩、葱) *肉じゃが(牛肉、人参、玉葱) *キャベツの酢物(ワカメ)
18 日 朝	*ご飯*味噌汁(エリンギ、豆腐、葱) *ツナ入りスクランブル *ジャガミート(トマト、玉葱、ミンチ)	18 日 昼	*炊込みご飯(鶏肉、人参、椎茸、牛蒡) *キャベツとシーチキンの酢物 *味噌汁(玉葱、麩、葱)*バナナ	18 日 夕	*ご飯*ササミのピカタ(レタス) *切干大根(人参、角天) *吸い物(ワカメ、玉葱)
19 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱) *肉詰め稲荷の煮物(椎茸煮添え) *ひじきとさつま揚げの煮物(人参)	19 日 昼	*ご飯*味噌汁(シメジ、ワカメ、葱) *牛肉と豆腐の煮物(糸コン) *オクラと竹輪の和え物*リンゴ	19 日 夕	*ご飯*味噌汁(ナス、葱) *鰯の南蛮漬け(ピーマン、赤玉葱、人参) *あらめ煮(人参、角天)
20 日 朝	*ご飯*味噌汁(麩、ワカメ) *鯖照焼(ブロッコリー)*ヨーグルト *田舎煮(人参、椎茸、牛蒡、玉葱)	20 日 昼	☆誕生日メニュー・チリシ寿司(玉子、デンプ) ・鯖の甘辛煮(生姜、すまし汁(シメジ、ワカメ) ・ポテサラ(胡瓜、魚肉ソーセージ)、フルーツゼリー	20 日 夕	*ご飯*チヂミ(イカ) *鰯のあんかけ豆腐 *味噌汁(じゃが芋、玉葱)
21 日 朝	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱、葱) *ベーコンスクランブルエッグ *カブとエビの蒸し煮	21 日 昼	*ご飯*味噌汁(ナス、オクラ) *厚揚げのそぼろ煮 *胡瓜の甘酢和え(ゴマ)*バナナ	21 日 夕	*ご飯*すまし汁(麩、エノキ、葱) *厚揚げとぜんまい煮 *ホキのムニエルマトソース(人参、玉葱)
22 日 朝	*ご飯*味噌汁(人参、エノキ、葱) *お魚厚揚げ *切昆布と大豆の煮物(人参)	22 日 昼	*カレーライス(じゃが芋、牛肉、玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム、玉子) *コンソメスープ(玉葱、ベーコン)*バナナ	22 日 夕	*ご飯*冷奴(葱、生姜) *夏野菜の天ぷら(オクラ、ナス、南瓜、人参) *さつま芋の茎煮*すまし汁(ワカメ、葱)
23 日 朝	*ご飯*海苔出汁巻き *青梗菜とハンパンの煮浸し *味噌汁(玉葱、ナス、葱)	23 日 昼	*ご飯*すまし汁(豆腐、トロロ、葱) *麻婆茄子(ミンチ)*リンゴ *オクラの梅肉和え	23 日 夕	*ご飯*ひじきの煮物(角天、人参) *赤魚のキノコあんかけ(エノキ、シメジ) *味噌汁(豆腐、薄揚げ、葱)
24 日 朝	*ご飯*カボチャのコンソメ煮 *ロールキャベツ盛合せ(玉葱、鶏肉、ウインナー、ブロッコリー) *味噌汁(シメジ、玉葱、葱)	24 日 昼	*小ご飯*焼売*キウイ *冷やし中華(胡瓜、ハム、玉子) *すまし汁(エノキ、豆腐、葱)	24 日 夕	*ご飯*味噌汁(南瓜、ナス、葱) *鶏の手羽元のホン酢煮(ナス煮添) *ピーマンと竹輪の甘辛煮
25 日 朝	*ご飯*鯖の煮付 *切干大根煮(人参、薄揚)(インゲン添え) *味噌汁(豆腐、キャベツ、葱)	25 日 昼	*ご飯*かき玉汁(ワカメ、葱)*オレンジ *肉団子のケチャップ煮(玉葱、ピーマン) *キャベツとカニカマの酢味噌和え	25 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩、葱) *酢物(胡瓜、カニカマ) *豚カツ(レタス、トマト)
26 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、麩、葱) *スパニッシュオムレツ(ピーマン、ベーコン、玉葱、チーズ) *里芋の柚子あんかけ	26 日 昼	*三色丼(鶏ミンチ、枝豆、玉子) *がんもの煮物(南瓜)*バナナ *ワカメスープ(エノキ、ゴマ、生姜)	26 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、豆腐、葱) *ナスと厚揚げの味噌煮 *酢物(胡瓜、春雨、ハム、玉子)
27 日 朝	*ご飯*味噌汁(ワカメ、エノキ、葱) *鯛のつみれ煮*菜の花の煮浸し *牛蒡の中華炒め(人参、ゴマ)*ヨーグルト	27 日 昼	*チリシ寿司(玉子、海苔)*リンゴ *牛肉のすき煮(豆腐、エノキ、麩、葱) *胡瓜の塩昆布和え*すまし汁(ハンパ、トロロ)	27 日 夕	*ご飯*さつま芋の蜜煮 *メルルーサの竜田揚げ *すまし汁(玉葱、エノキ、葱)
28 日 朝	*ご飯*大根の含め煮(人参) *味噌汁(小松菜、厚揚げ、葱) *蒟と信田煮の炊き合わせ	28 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(MIXベジ、ベーコン) *豚の生姜焼き(玉葱)(レタス、トマト) *モヤシと竹輪の酢物	28 日 夕	*ご飯*吸い物(豆腐、トロロ、葱) *鯖のチリソースかけ(人参、玉葱) *三角稲荷と椎茸の煮物
29 日 朝	*ご飯*じゃが芋の土佐煮 *五目出汁巻き(人参、キクラゲ) *味噌汁(さつま芋、薄揚、葱)	29 日 昼	*牛丼(玉葱、紅生姜) *茄子の煮物(角天) *中華スープ(ワカメ、葱)*梨	29 日 夕	*ご飯*南瓜煮 *味噌汁(じゃが芋、薄揚げ、葱) *鰯の南蛮漬け(人参、玉葱、ピーマン)
30 日 朝	*ご飯*味噌汁(シメジ、葱) *枝豆がんと椎茸の煮物 *野菜の塩だれ炒め(人参、玉葱、シメジ)	30 日 昼	*ご飯*あらめ煮(人参、長天) *ポークチャップ(玉葱、ピーマン、人参)(キャベツ、トマト) *吸い物(豆腐、椎茸、葱)*オレンジ	30 日 夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、オクラ) *かき揚げ(玉葱、人参、南瓜、パセリ) *ポテサラ(胡瓜、はむ、玉葱、玉子)
31 日 朝	*小ご飯、バターロール*コンソメスープ*ヤクルト *ミートボール盛合せ(玉葱、スタッフエンドウ)(人参のソテー) *セロリとベーコンのコンソメ煮	31 日 昼	*ご飯*ワカメスープ(玉子、葱) *茄子のしぎ焼き(豚肉、ピーマン、玉葱) *胡瓜とシーチキンの酢物*りんご	31 日 夕	*ご飯*白菜のたくたく煮(人参) *味噌汁(薄揚げ、玉葱、葱) *酢豚(玉葱、人参、ピーマン)