

## 8月献立表(桜ホーム)

1 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) * さつま揚げの煮付(玉葱、人参、牛蒡) * 椎茸とほうれん草の炒め煮(舞茸、白葱)	1 日昼	* ご飯 * 豚バラ大根 * 味噌汁(トロロ、人参) * 胡瓜とワカメのナムル(カニカマ) * ぶどう	1 日夕	* ご飯 * キャベツのゴマ和え * 肉団子の甘酢煮(人参、玉葱、ピーマン) * 味噌汁(じゃが芋、葱)
2 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、キャベツ) * 豆腐つくね団子のトマトソースかけ(スナップエンドウ添) * キャベツとキノコのソテー(平茸、ナメコ、ペーコン)	2 日昼	* 牛丼(玉葱、紅生姜、葱) * 人参しりしり(ツナ缶) * 温トマト * リンゴ * すまし汁(蒲鉾、ワカメ)	2 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、トロロ) * 豆腐ハンバーグ(玉葱) * オクラとトマトのポン酢和え
3 日朝	* ご飯 * 味噌汁(人参、ワカメ) * 鰯のみりん焼き * 筍の土佐煮(鯉節)	3 日昼	* ご飯 * 中華スープ(玉葱、ペーコン) * 鶏肉のトマト煮(玉葱、大豆缶) * モヤシと竹輪の酢物(胡瓜) * 巨峰	3 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉子、葱) * ミチと茄子の味噌炒め(葱) * ホテサラ(ハム、胡瓜)
4 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩) * ソーセイジの煮付(人参、薄揚げ(葉大根の和え物) * 茄子と長葱の味噌炒め	4 日昼	* たぬきそば(天かす、蒲鉾、トロロ、葱) * 小ご飯(梅干し) * スイカ * コールスローサラダ(キャベツ、ハム、コーン)	4 日夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、葱) * オムレツ(ミチ、人参、玉葱) * 切干大根(人参、揚げ)
5 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ナメコ、豆腐、葱) * カニ出汁巻き * 苺ヨーグルト * 青梗菜とシメジの煮浸し(シメジ)	5 日昼	* ご飯 * スイカ * シチュー(じゃが芋、人参、玉葱、鶏肉) * 厚揚げの煮物(シメジ、葱)	5 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、トロロ) * ほっけの塩焼き(落の煮物添え) * 金平牛蒡(人参、ゴマ)
6 日朝	* ご飯 * お魚厚揚げ * 味噌汁(薄揚げ、エノキ、葱) * 冬瓜のエビあんかけ(玉葱、人参、椎茸)	6 日昼	* お好み焼(キャベツ、モヤシ、葱、豚肉) * 胡瓜、ワカメの酢物 * みかん * すまし汁(麩、玉葱)	6 日夕	* ご飯 * 鯖のおろし煮 * ブロッコリーとコーンのサラダ * 味噌汁(豆腐、ワカメ)
7 日朝	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、玉葱) * 豆ミートと枝豆の煮物(人参) * うまい菜と薄揚げの煮浸し	7 日昼	* カレーライス(鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱) * 春雨スープ(ワカメ) * キウイ * あらめ煮(人参、角天)	7 日夕	* ご飯 * 茄子の煮物 * 鰯の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン) * 味噌汁(オクラ、玉子)
8 日朝	* ご飯 * 味噌汁(人参、麩、キャベツ) * 木の葉豆腐盛合せ * 大根のそぼろあんかけ(鶏ミンチ)	8 日昼	* ぶっかけ素麺(胡瓜、ハム、玉子) * リンゴ、桃 * 小ご飯(梅干し) * すまし汁(カニカマ、トロロ) * ホテサラ(胡瓜、ハム)	8 日夕	* ご飯 * ワカメスープ(玉葱) * 手作り餃子(ミチ、蕪、キャベツ) * トマトと胡瓜の酢物
9 日朝	* ご飯 * コンスープ * ヤクルト * スクランブルエッグ盛合せ(人参、トウモロコシ、グリーンピース) * カブとペーコンのコンソメ煮(玉葱、人参)	9 日昼	* ご飯 * すまし汁(蒲鉾、ワカメ) * 鶏肉の塩焼き(ニンニク) * キウイ、桃 * キャベツのゴマ和え(胡瓜、カニカマ、トマト)	9 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、ワカメ) * シーフードかき揚げ(玉葱、ピーマン) * あらめ煮(人参)
10 日朝	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、薄揚げ、葱) * 豆乳がんもの煮付(ゴマ、人参) * 茄子のみぞれあんかけ	10 日昼	* かしわうどん(玉葱、蒲鉾、ワカメ) * 小ご飯 * スイカ * 厚揚げの煮物(人参、じゃが芋)	10 日夕	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、人参) * ハンペンフライ(キャベツ、トマト) * 春雨酢物(ワカメ)
11 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、葱) * 鯖の塩焼き(青梗菜添え) * 牛蒡と大豆の甘辛煮	11 日昼	* ご飯 * かき玉汁(玉子、葱) * 肉野菜炒め(豚肉、キャベツ、人参、ピーマン) * 南瓜煮 * スイカ	11 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、葱) * 手作りコロッケ(ミチ、玉葱、じゃが芋) * 素麺瓜の酢物
12 日朝	* ご飯 * 味噌汁(厚揚げ、葱) * 3種のチースロール * 里芋の野菜あんかけ(モヤシ、人参、ミチ)	12 日昼	* ご飯 * 玉子スープ(トマト、生姜) * 豚肉のニンニク炒め(玉葱) * オレンジ * ピーマンと魚肉ソーセージの和え物	12 日夕	* ご飯 * すまし汁(カニカマ、ワカメ) * 海鮮八宝菜 * 茄子のピリ辛煮浸し
13 日朝	* ご飯 * 白身魚揚げ * 味噌汁(ワカメ、麩、じゃが芋) * ピーマンとジャコの甘辛炒め	13 日昼	☆夏祭りメニュー・ヤキソバ(シーフード、豚肉、人参、キャベツ、モヤシ、蒲鉾、玉葱、玉子)・スイカ ・ふりかけご飯(小)・すまし汁(手揉麩、豆腐、ヨウカ)	13 日夕	* ご飯 * 味噌汁(ナメコ、薄揚げ、葱) * メヌケのおろし煮 * 五目炒り豆腐
14 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、人参、葱) * 花咲しんじょうとハンペンの炊き合わせ * 鶏肉と大豆のトマト煮	14 日昼	* 三色丼(鶏ミンチ、枝豆、オクラ、玉子) * 酢物(胡瓜、カニカマ、ワカメ) * すまし汁(豆腐、シメジ、葱) * パナナ	14 日夕	* ご飯 * 味噌汁(ナス、薄揚げ) * チーズメンチカツ(レタス) * 肉じゃが(玉葱、人参)
15 日朝	* ご飯 * 味噌汁(レタス、人参、薄揚げ) * 海苔出汁巻き * 大根とさつま揚げの煮物	15 日昼	* ナポリタン(玉葱、ピーマン、ペーコン) * 小ご飯 * 南瓜サラダ(胡瓜、ハム、人参) * コンスープ(MIXベジ、玉葱) * 梨、パナナ	15 日夕	* ご飯 * 味噌汁(大根、人参、葱) * 天ぷら(ナス、玉葱、白身魚、ピーマン) * あらめ煮(人参、角天)
16 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、玉子、人参) * 豆腐ナゲットのトマトソースかけ(ズッキーニ、ナス、パプリカ添) * 青梗菜とコーンのソテー	16 日昼	* ハヤシライス(牛肉、玉葱) * 胡瓜とハムのゴマドレ和え(玉子) * 味噌汁(じゃが芋、オクラ) * パナナ、キウイ	16 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚げ、シメジ) * 根菜煮(鶏肉、じゃが芋、牛蒡、人参) * 葱入り出汁巻き玉子

## 8月献立表(桜ホーム)

17 日 朝	*ご飯*蒟の煮物 *味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) *肉詰め稲荷の煮物	17 日 昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) *ポテサラ(人参、ハム、胡瓜) *味噌汁(ナス、麩、玉葱)*リンゴ	17 日 夕	*炊込みご飯(薄揚げ、大豆、鶏肉、人参) *角天、人参、じゃが芋煮 *素麺汁(玉葱)*黒豆
18 日 朝	*ご飯*味噌汁(大根、人参、薄揚げ) *豚の生姜焼き(玉葱) *ほうれん草と揚げ煮付(人参、薄揚げ)	18 日 昼	*ご飯*玉子スープ(茼) *麻婆豆腐(茼)*シャインマスカット *酢物(春雨、ハム、胡瓜)	18 日 夕	*ご飯*鯖の梅煮 *小松菜のゴマ和え *味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱)
19 日 朝	*ご飯*味噌汁(エノキ、薄揚げ、葱) *鯖の煮付(青梗菜)*ヨーグルト *五目煮(牛蒡、人参、蓮根、干瓢、薄揚)	19 日 昼	*ご飯*ワカメスープ(玉葱、生姜)*キウイ *ゴーヤチャンプル(豆腐、玉子、魚肉ソーセージ) *ミートボール甘酢煮(人参、ピーマン、玉葱)	19 日 夕	*ご飯*味噌汁(キャベツ、人参、麩) *ひじき豆腐の野菜あんかけ *冬瓜の含め煮
20 日 朝	*ご飯*カブとエビの蒸し煮 *紅生姜天の炊き合わせ *味噌汁(じゃが芋、玉葱、薄揚)	20 日 昼	*ハラ寿司(錦糸卵、海苔) *鶏の照り焼き*シャインマスカット *ポテのゴマダレ和え(胡瓜、ハム、玉子)	20 日 夕	*ご飯*味噌汁(シメジ、玉葱) *ホキのムニエル(トマトソース) *モモザラダ(カリフラワー)
21 日 朝	*ご飯*味噌汁(ナス、エノキ、葱) *イカタコ揚げの煮付(人参煮付添え) *切昆布と大豆の煮物(人参)	21 日 昼	*ご飯*玉子スープ(茼、玉葱) *豚肉生姜焼き(玉葱)*バナナ *キャベツの酢味噌和え(人参、カニカマ)	21 日 夕	*ご飯*味噌汁(薄揚、葱、ナス) *煮込みハンバーグ(ミンチ、玉葱) *春雨サラダ(ハム、玉子、胡瓜)
22 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、人参、玉子) *ふんわり花形豆腐の炊き合わせ(蓮根煮付) *青梗菜とハンパンの煮浸し	22 日 昼	*ご飯*すまし汁(エノキ、トコロ、葱) *鶏肉のトマト煮(玉葱、シメジ、トマト缶) *あらめ煮(人参、豆腐)*バナナ	22 日 夕	*ジャコ・シシご飯*もずく酢 *夏野菜の煮浸し(ナス、パプリカ、オクラ、南瓜) *味噌汁(大根、薄揚)
23 日 朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、ナメコ、葱) *ほうれん草オムレツ盛合せ(ウインナー、エンドウ) *南瓜のコンソメ煮*ヤクルト	23 日 昼	*キーマカレー(ミンチ、玉葱、人参、大豆) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)*リンゴ *コンソメスープ(ベーコン、玉葱、シメジ)	23 日 夕	*ご飯*鯖の味噌煮 *味噌汁(厚揚げ、人参、葱) *じゃが芋煮(角天、人参、筍)
24 日 朝	*ご飯*がんもと人参の煮付(ゴマ) *味噌汁(エノキ、玉葱、葱) *うまい菜とベーコンのバターソテー	24 日 昼	*ご飯*鶏ムネのピカタ(キャベツ) *夏野菜スープ(トマト、じゃが芋、玉葱、肉団子、コーン、人参) *金時豆*梨、みかん	24 日 夕	*ご飯*茄子の煮物 *味噌汁(豆腐、シメジ) *豚肉とししとうの甘辛炒め(エリンギ)
25 日 朝	*ご飯*味噌汁(舞茸、薄揚) *鯖の煮付(蒟の煮物添え) *ソーセージとキャベツのソテー(人参)	25 日 昼	*ご飯*コンソメスープ*バナナ *豚キムチ(豚肉、豆腐、モヤシ、茼、玉子) *スパサラ(胡瓜、ハム、玉子)	25 日 夕	*ご飯*味噌汁(豆腐、薄揚) *肉じゃが(牛肉、じゃが芋、人参、玉葱) *オクラとヨウガとワカメの酢物
26 日 朝	*ご飯*味噌汁(シメジ、麩、葱) *鯛のつみれ煮(葉大根の和え物添え) *牛蒡の中華炒め(人参、ゴマ)	26 日 昼	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、トコロ、葱) *鶏肉と厚揚げの煮物(人参) *ピーマンと竹輪の塩昆布炒め	26 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱) *筍とあさりの煮物 *鮭タルタルメンチカツ(キャベツ)
27 日 朝	*ご飯*味噌汁(薄揚、ワカメ) *五目汁巻き(玉子、人参、椎茸) *大根の洋風煮物(人参、ウインナー)	27 日 昼	*三色丼(鶏ミンチ、玉子、枝豆) *すまし汁(手毬麩、ワカメ、葱) *南瓜煮*バナナ	27 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、人参) *ホークビーンズ(玉葱) *ひじき煮(人参)
28 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩、葱) *鶏牛蒡稲荷の煮物(人参、小松菜) *じゃが芋煮(人参)	28 日 昼	*ご飯*中華スープ(モヤシ、玉葱、葱) *麻婆豆腐(ミンチ、葱)*キウイ *春雨酢物(胡瓜、ハム、玉子)	28 日 夕	*ご飯*焼き茄子 *すまし汁(豆腐、ワカメ) *ハサのフライ(キャベツ)
29 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱) *枝豆がんともの煮付(蓮根煮付添え) *野菜の塩だれ炒め(キャベツ、人参、玉葱、シメジ)	29 日 昼	*ご飯*胡瓜酢物(カニカマ、ゴマ) *じゃが芋と豚ハラの煮物(人参、玉葱) *コンソメスープ(ベーコン、玉葱、玉子)*バナナ	29 日 夕	*ご飯*味噌汁(麩、玉葱) *手作り餃子(ミンチ、茼、キャベツ、玉葱) *厚揚げ小松菜の煮物
30 日 朝	*ご飯*味噌汁(厚揚げ、人参、葱) *ミートボール盛合せ(スナッPEndウ、玉葱、人参) *セロリとベーコンのコンソメ煮	30 日 昼	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子)*スイカ *すまし汁(蒲鉾、トコロ、葱) *南瓜サラダ(胡瓜、玉子、ハム)	30 日 夕	*ご飯*味噌汁(薄揚、葱、玉葱) *ミンチと茄子の味噌炒め(葱) *ツナ入りポテサラ(ハム、胡瓜)
31 日 朝	*ご飯*味噌汁(エノキ、玉葱、葱) *豆乳しんじょと蒟の煮物 *鶏肉と里芋の照り煮(人参)	31 日 昼	*ご飯*キウイ *肉団子入りシチュー(じゃが芋、人参、玉葱) *厚揚げとシメジの煮物(インゲン)	31 日 夕	*ご飯*味噌汁(キャベツ、薄揚) *かき揚げ(玉葱、ピーマン、竹輪、大豆、人参) *ツナ、茼、モヤシの卵とじ

## 8月献立表(銀杏ホーム)

1 日朝	*ご飯 *味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) *さつま揚げの煮付(玉葱、人参、牛蒡) *椎茸とほうれん草の炒め煮(舞茸、白葱)	1 日昼	*ご飯 *豚バラ大根 *味噌汁(トロロ、人参) *胡瓜とワカメのナムル(カニカマ) *ぶどう	1 日夕	*ご飯 *キャベツのゴマ和え *肉団子の甘酢煮(人参、玉葱、ピーマン) *味噌汁(じゃが芋、葱)
2 日朝	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、キャベツ) *豆腐つくね団子のトマトソースかけ(スナップエンドウ添) *キャベツとキノコのソテー(平茸、ナメコ、ベーコン)	2 日昼	*牛丼(玉葱、紅生姜、葱) *人参しりしり(ツナ缶) *温トマト *リンゴ *すまし汁(蒲鉾、ワカメ)	2 日夕	*ご飯 *味噌汁(玉葱、トロロ) *豆腐ハンバーグ(玉葱) *オクラとトマトのポン酢和え
3 日朝	*ご飯 *味噌汁(人参、ワカメ) *鰯のみりん焼き *筍の土佐煮(鯉節)	3 日昼	*ご飯 *中華スープ(玉葱、ベーコン) *鶏肉のトマト煮(玉葱、大豆缶) *モヤシと竹輪の酢物(胡瓜) *巨峰	3 日夕	*ご飯 *味噌汁(玉子、葱) *シチと茄子の味噌炒め(葱) *ホテサラ(ハム、胡瓜)
4 日朝	*ご飯 *味噌汁(エノキ、麩) *ソーセージ天の煮付(人参、薄揚げ)(葉大根の和え物) *茄子と長葱の味噌炒め	4 日昼	*たぬきそば(天かす、蒲鉾、トロロ、葱) *小ご飯(梅干し) *スイカ *コールスローサラダ(キャベツ、ハム、コーン)	4 日夕	*ご飯 *味噌汁(キャベツ、葱) *オムレツ(シチ、人参、玉葱) *切干大根(人参、揚げ)
5 日朝	*ご飯 *味噌汁(ナメコ、豆腐、葱) *カニ出汁巻き *苺ヨーグルト *青梗菜とシメジの煮浸し(シメジ)	5 日昼	*ご飯 *スイカ *シチュー(じゃが芋、人参、玉葱、鶏肉) *厚揚げの煮物(シメジ、葱)	5 日夕	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、トロロ) *ほっけの塩焼き(蒟の煮物添え) *金平牛蒡(人参、ゴマ)
6 日朝	*ご飯 *お魚厚揚げ *味噌汁(薄揚げ、エノキ、葱) *冬瓜のヒビあんかけ(玉葱、人参、椎茸)	6 日昼	*お好み焼(キャベツ、モヤシ、葱、豚肉) *胡瓜、ワカメの酢物 *みかん *すまし汁(麩、玉葱)	6 日夕	*ご飯 *鯖のおろし煮 *ブロッコリーとコーンのサラダ *味噌汁(豆腐、ワカメ)
7 日朝	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、玉葱) *豆ミートと枝豆の煮物(人参) *うまい菜と薄揚げの煮浸し	7 日昼	*カレーライス(鶏肉、人参、じゃが芋、玉葱) *春雨スープ(ワカメ) *キウイ *あらめ煮(人参、角天)	7 日夕	*ご飯 *茄子の煮物 *鰯の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン) *味噌汁(オクラ、玉子)
8 日朝	*ご飯 *味噌汁(人参、麩、キャベツ) *木の葉豆腐盛合せ *大根のそぼろあんかけ(鶏ミンチ)	8 日昼	*ぶっかけ素麺(胡瓜、ハム、玉子) *リンゴ、桃 *小ご飯(梅干し) *すまし汁(カニカマ、トロロ) *ホテサラ(胡瓜、ハム)	8 日夕	*ご飯 *ワカメスープ(玉葱) *手作り餃子(シチ、韭、キャベツ) *トマトと胡瓜の酢物
9 日朝	*ご飯 *コンスープ *ヤクルト *スクランブルエッグ盛合せ(人参、トウモロシ、グリーンピース) *カブとベーコンのコンソメ煮(玉葱、人参)	9 日昼	*ご飯 *すまし汁(蒲鉾、ワカメ) *鶏肉の塩焼き(ニンニク) *キウイ、桃 *キャベツのゴマ和え(胡瓜、カニカマ、トマト)	9 日夕	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、ワカメ) *シーフードかき揚げ(玉葱、ピーマン) *あらめ煮(人参)
10 日朝	*ご飯 *味噌汁(キャベツ、薄揚げ、葱) *豆乳がんもの煮付(ゴマ、人参) *茄子のみぞれあんかけ	10 日昼	*かしわうどん(玉葱、蒲鉾、ワカメ) *小ご飯 *スイカ *厚揚げの煮物(人参、じゃが芋)	10 日夕	*ご飯 *味噌汁(玉葱、人参) *ハンペンフライ(キャベツ、トマト) *春雨酢物(ワカメ)
11 日朝	*ご飯 *味噌汁(豆腐、葱) *鯖の塩焼き(青梗菜添え) *牛蒡と大豆の甘辛煮	11 日昼	*ご飯 *かき玉汁(玉子、葱) *肉野菜炒め(豚肉、キャベツ、人参、ピーマン) *南瓜煮 *スイカ	11 日夕	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、葱) *手作りコロッケ(シチ、玉葱、じゃが芋) *素麺瓜の酢物
12 日朝	*ご飯 *味噌汁(厚揚げ、葱) *3種のチーズロール *里芋の野菜あんかけ(モヤシ、人参、ミンチ)	12 日昼	*ご飯 *玉子スープ(トマト、生姜) *豚肉のニンニク炒め(玉葱) *オレンジ *ピーマンと魚肉ソーセージの和え物	12 日夕	*ご飯 *すまし汁(カニカマ、ワカメ) *海鮮八宝菜 *茄子のピリ辛煮浸し
13 日朝	*ご飯 *白身魚揚げ *味噌汁(ワカメ、麩、じゃが芋) *ピーマンとジャコの甘辛炒め	13 日昼	☆夏祭りメニュー・ヤキソバ(シーフード、豚肉、人参、キャベツ、モヤシ、蒲鉾、玉葱、玉子)・スイカ ・ふりかけご飯(小)・すまし汁(手揉み麩、豆腐、ヨウカ)	13 日夕	*ご飯 *味噌汁(ナメコ、薄揚げ、葱) *メヌケのおろし煮 *五目炒り豆腐
14 日朝	*ご飯 *味噌汁(シメジ、人参、葱) *花咲しんじょうとハンペンの炊き合わせ *鶏肉と大豆のトマト煮	14 日昼	*三色丼(鶏ミンチ、枝豆、オクラ、玉子) *酢物(胡瓜、カニカマ、ワカメ) *すまし汁(豆腐、シメジ、葱) *バナナ	14 日夕	*ご飯 *味噌汁(ナス、薄揚げ) *チーズメンチカツ(レタス) *肉じゃが(玉葱、人参)
15 日朝	*ご飯 *味噌汁(レタス、人参、薄揚げ) *海苔出汁巻き *大根とさつま揚げの煮物	15 日昼	*ナポリタン(玉葱、ピーマン、ベーコン) *小ご飯 *南瓜サラダ(胡瓜、ハム、人参) *コンソメスープ(MIXベジ、玉葱) *梨、バナナ	15 日夕	*ご飯 *味噌汁(大根、人参、葱) *天ぷら(ナス、玉葱、白身魚、ピーマン) *あらめ煮(人参、角天)
16 日朝	*ご飯 *味噌汁(エノキ、玉子、人参) *豆腐ナゲットのトマトソースかけ(ズッキーニ、ナス、パプリカ添) *青梗菜とコーンのソテー	16 日昼	*ハヤシライス(牛肉、玉葱) *胡瓜とハムのゴマドレ和え(玉子) *味噌汁(じゃが芋、オクラ) *バナナ、キウイ	16 日夕	*ご飯 *味噌汁(薄揚げ、シメジ) *根菜煮(鶏肉、じゃが芋、牛蒡、人参) *葱入り出汁巻き玉子

## 8月献立表(銀杏ホーム)

17	*ご飯* 蒨の煮物 日 *味噌汁(豆腐、ワカメ、葱) 朝 *肉詰め稲荷の煮物	17	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) 日 *ポテサラ(人参、ハム、胡瓜) 昼 *味噌汁(ナス、麩、玉葱)*リンゴ	17	*炊込みご飯(薄揚げ、大豆、鶏肉、人参) 日 *角天、人参、じゃが芋煮 夕 *素麺汁(玉葱)*黒豆
18	*ご飯* 味噌汁(大根、人参、薄揚げ) 日 *豚の生姜焼き(玉葱) 朝 *ほうれん草と揚げ煮付(人参、薄揚げ)	18	*ご飯* 玉子スープ(茼) 日 *麻婆豆腐(茼)*シャインマスカット 昼 *酢物(春雨、ハム、胡瓜)	18	*ご飯* 鯖の梅煮 日 *小松菜のゴマ和え 夕 *味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱)
19	*ご飯* 味噌汁(エノキ、薄揚げ、葱) 日 *鯖の煮付(青梗菜)*ヨーグルト 朝 *五目煮(牛蒡、人参、蓮根、干瓢、薄揚)	19	*ご飯* ワカメスープ(玉葱、生姜)*キウイ 日 *ゴーヤチャンプル(豆腐、玉子、魚肉ソーセージ) 昼 *ミートボール甘酢煮(人参、ピーマン、玉葱)	19	*ご飯* 味噌汁(キャベツ、人参、麩) 日 *ひじき豆腐の野菜あんかけ 夕 *冬瓜の含め煮
20	*ご飯* カブとエビの蒸し煮 日 *紅生姜天の炊き合わせ 朝 *味噌汁(じゃが芋、玉葱、薄揚)	20	*ハラ寿司(錦糸卵、海苔) 日 *鶏の照り焼き*シャインマスカット 昼 *ポテトのゴマダレ和え(胡瓜、ハム、玉子)	20	*ご飯* 味噌汁(シメジ、玉葱) 日 *ホキのムニエル(トマトソース) 夕 *ミモザサラダ(カリフラワー)
21	*ご飯* 味噌汁(ナス、エノキ、葱) 日 *イカタコ揚げの煮付(人参煮付添え) 朝 *切昆布と大豆の煮物(人参)	21	*ご飯* 玉子スープ(茼、玉葱) 日 *豚肉生姜焼き(玉葱)*バナナ 昼 *キャベツの酢味噌和え(人参、カニカマ)	21	*ご飯* 味噌汁(薄揚、葱、ナス) 日 *煮込みハンバーグ(ミンチ、玉葱) 夕 *春雨サラダ(ハム、玉子、胡瓜)
22	*ご飯* 味噌汁(玉葱、人参、玉子) 日 *ふんわり花形豆腐の炊き合わせ(蓮根煮付) 朝 *青梗菜とハンパンの煮浸し	22	*ご飯* すまし汁(エノキ、トコロ、葱) 日 *鶏肉のトマト煮(玉葱、シメジ、トマト缶) 昼 *あらめ煮(人参、豆腐)*バナナ	22	*ジャコ・ソシご飯*もずく酢 日 *夏野菜の煮浸し(ナス、パプリカ、オクラ、南瓜) 夕 *味噌汁(大根、薄揚)
23	*ご飯* 味噌汁(豆腐、ナメコ、葱) 日 *ほうれん草オムレツ盛合せ(ウインナー、エンドウ) 朝 *南瓜のコンソメ煮*ヤクルト	23	*キーマカレー(ミンチ、玉葱、人参、大豆) 日 *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)*リンゴ 昼 *コンソメスープ(ベーコン、玉葱、シメジ)	23	*ご飯* 鯖の味噌煮 日 *味噌汁(厚揚げ、人参、葱) 夕 *じゃが芋煮(角天、人参、筍)
24	*ご飯* がんもと人参の煮付(ゴマ) 日 *味噌汁(エノキ、玉葱、葱) 朝 *うまい菜とベーコンのバターソテー	24	*ご飯* 鶏ムネのピカタ(キャベツ) 日 *夏野菜スープ(トマト、じゃが芋、玉葱、肉団子、コーン、人参) 昼 *金時豆*梨、みかん	24	*ご飯* 茄子の煮物 日 *味噌汁(豆腐、シメジ) 夕 *豚肉とししとうの甘辛炒め(エリンギ)
25	*ご飯* 味噌汁(舞茸、薄揚) 日 *鯖の煮付(蒨の煮物添え) 朝 *ソーセージとキャベツのソテー(人参)	25	*ご飯* コンスープ*バナナ 日 *豚キムチ(豚肉、豆腐、モヤシ、茼、玉子) 昼 *スパサラ(胡瓜、ハム、玉子)	25	*ご飯* 味噌汁(豆腐、薄揚) 日 *肉じゃが(牛肉、じゃが芋、人参、玉葱) 夕 *オクラとヨウガとワカメの酢物
26	*ご飯* 味噌汁(シメジ、麩、葱) 日 *鯛のつみれ煮(葉大根の和え物添え) 朝 *牛蒡の中華炒め(人参、ゴマ)	26	*ご飯* すまし汁(蒲鉾、トコロ、葱) 日 *鶏肉と厚揚げの煮物(人参) 昼 *ピーマンと竹輪の塩昆布炒め	26	*ご飯* 味噌汁(じゃが芋、玉葱) 日 *筍とあさりの煮物 夕 *鮭タルタルランチカツ(キャベツ)
27	*ご飯* 味噌汁(薄揚、ワカメ) 日 *五目出汁巻き(玉子、人参、椎茸) 朝 *大根の洋風煮物(人参、ウインナー)	27	*三色丼(鶏ミンチ、玉子、枝豆) 日 *すまし汁(手毬麩、ワカメ、葱) 昼 *南瓜煮*バナナ	27	*ご飯* 味噌汁(玉葱、人参) 日 *ホークビーンズ(玉葱) 夕 *ひじき煮(人参)
28	*ご飯* 味噌汁(玉葱、麩、葱) 日 *鶏牛蒡稲荷の煮物(人参、小松菜) 朝 *じゃが芋煮(人参)	28	*ご飯* 中華スープ(モヤシ、玉葱、葱) 日 *麻婆豆腐(ミンチ、葱)*キウイ 昼 *春雨酢物(胡瓜、ハム、玉子)	28	*ご飯* 焼き茄子 日 *すまし汁(豆腐、ワカメ) 夕 *ハサのフライ(キャベツ)
29	*ご飯* 味噌汁(じゃが芋、玉葱、葱) 日 *枝豆がんと煮付(蓮根煮付添え) 朝 *野菜の塩だれ炒め(キャベツ、人参、玉葱、シメジ)	29	*ご飯* 胡瓜酢物(カニカマ、ゴマ) 日 *じゃが芋と豚バラの煮物(人参、玉葱) 昼 *コンソメスープ(ベーコン、玉葱、玉子)*バナナ	29	*ご飯* 味噌汁(麩、玉葱) 日 *手作り餃子(ミンチ、茼、キャベツ、玉葱) 夕 *厚揚げ小松菜の煮物
30	*ご飯* 味噌汁(厚揚げ、人参、葱) 日 *ミートボール盛合せ(スナッPEndウ、玉葱、人参) 朝 *セロリとベーコンのコンソメ煮	30	*親子丼(鶏肉、玉葱、玉子)*スイカ 日 *すまし汁(蒲鉾、トコロ、葱) 昼 *南瓜サラダ(胡瓜、玉子、ハム)	30	*ご飯* 味噌汁(薄揚、葱、玉葱) 日 *ミンチと茄子の味噌炒め(葱) 夕 *ツナ入りポテサラ(ハム、胡瓜)
31	*ご飯* 味噌汁(エノキ、玉葱、葱) 日 *豆乳しんじょと蒨の煮物 朝 *鶏肉と里芋の照り煮(人参)	31	*ご飯* キウイ 日 *肉団子入りシチュー(じゃが芋、人参、玉葱) 昼 *厚揚げとシメジの煮物(インゲン)	31	*ご飯* 味噌汁(キャベツ、薄揚) 日 *かき揚げ(玉葱、ピーマン、竹輪、大豆、人参) 夕 *ツナ、茼、モヤシの卵とじ