

# 平成30年8月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
1日 (水)	ご飯 味噌汁 サンマのみぞれ煮 キャベツと若布のさつと煮 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 アジの甘酢ダレ 切干大根とベーコンの煮物 キュウリのからしポン酢	ご飯 味噌汁 豚肉と里芋の梅風味煮 れんこん金平 もずく酢	
2日 (木)	ご飯 味噌汁 油揚げと青梗菜の卵とじ キャベツのおかか和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 夏野菜のプルコギ マカロニサラダ ところてん	ご飯 味噌汁 メヌケ煮付け ほうれん草とハムのソテー お新香	
3日 (金)	ご飯 味噌汁 赤魚の塩焼き もやしと竹輪の炒め物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 夏の豚汁 イカとキャベツの味噌炒め なすとミョウガの梅和え はちみつヨーグルト	ご飯 味噌汁 豆腐とカニカマの卵とじ 里芋の煮物 きゅうりの和風ドレ	
4日 (土)	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 青菜のツナ和え 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 メルルーサのしょうが焼き もやしと竹輪のカレー炒め キュウリの酢の物	ご飯 味噌汁 豚肉と大根の和風しょうが炒め じゃが芋の煮っ転がし お新香	
5日 (日)	ご飯 味噌汁 青菜の卵とじ キャベツの磯辺和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚肉のおろししゃぶしゃぶ風 キュウリとかにかまのサラダ フルーツゼリー	ご飯 味噌汁 鱈とタケノコの甘辛炒め なすとがんものごま煮 お新香	
6日 (月)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き *ひじきの煮物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 赤魚の西京焼き なすのマリネ きゅうりの即席漬け	ご飯 味噌汁 はんぺんと鶏肉の炒め煮 かぼちゃの煮物 お新香	
7日 (火)	ご飯 味噌汁 ごま味噌豆腐 オクラと長芋の梅肉和え たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	焼きおにぎり とろろオクラそば やわらかチキン照焼き ブロッコリーサラダ バナナヨーグルト	ご飯 味噌汁 アジの塩焼き なすの油炒め 味付けメカブ	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

# 平成30年8月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
8日 (水)	ご飯 味噌汁 豆腐の卵とじ もやしの味美和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 サワラの味噌風味煮 金平ごぼう キュウリとワカメの酢の物	ご飯 味噌汁 鶏と大根のトロみ煮 ベーコン長芋 お新香	
9日 (木)	ご飯 味噌汁 サバの塩焼き キャベツと油揚げの煮浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 れんこんと鮭の味噌マヨ炒め キュウリのからしポン酢 フルーツゼリー	ご飯 味噌汁 肉団子と里芋の煮物 インゲンと薩摩揚げの当座煮 お新香	
10日 (金)	ご飯 味噌汁 豆腐とニラのさっと煮 キュウリの和風サラダ 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚肉のすき焼き炒め 明太スパサラ カリフラワーの梅肉和え	ご飯 味噌汁 サンマのみぞれ煮 高野豆腐と里芋の煮物 お新香	
11日 (土)	ご飯 味噌汁 炒り納豆腐 もずく酢 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 *サバの味噌煮 ひじきの五目炒め キュウリの酢の物	ご飯 味噌汁 鶏肉ともやしのおかか醤油炒め じゃが芋と人参の金平 お新香	
12日 (日)	ご飯 味噌汁 ほうれん草の炒り卵 もやしとオクラの和え物 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	焼きおにぎり 梅干と大葉のせにゆうめん なすと鶏肉のしょうが醤油 キュウリとコーンのサラダ しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 豆腐と青梗菜の中華あん じゃが芋と油揚げの塩味煮 お新香	
13日 (月)	ご飯 味噌汁 豆腐のかにあんかけ レタスときゅうりの塩もみ 煮豆2 牛乳(ヨーグルト)	赤飯 煮しめ 夕顔の水晶煮 キュウリとなすのショウガ和え スイカ	ご飯 味噌汁 鱈の煮付け もやしの中華和え ところてん	
14日 (火)	ご飯 味噌汁 アジの塩焼き 舞茸とワカメのポン酢和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ がんもの含め煮 きゅうりの和風マリネ	ご飯 味噌汁 鶏肉とはんぺんの煮物 人参シリシリ お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

# 平成30年8月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
15日 (水)	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き ほうれん草の胡麻和え たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	香味寿司 お吸い物 かぼちゃコロケ 大根と厚揚げのゴマ味噌煮 トマトのお浸し	ご飯 味噌汁 豚肉と切干大根の煮物 もやしとキュウリのサラダ お新香	
16日 (木)	ご飯 味噌汁 オムレツ もやしの酢醤油和え 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 夏野菜の具そうめん フィッシュナゲット かぼちゃの白和え キュウリの酢の物	ご飯 味噌汁 さばのソテー梅ドレがけ さつま芋の煮物 お新香	
17日 (金)	ご飯 味噌汁 冷奴 いんげんのゴマ煮 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 里芋と鮭のガーリック炒め 大根とがんもの煮物 カリフラワーのごま和え	ご飯 味噌汁 夕顔と鶏肉の煮物 人参金平 たいみそ	
18日 (土)	ご飯 味噌汁 アジの柚庵焼き 青梗菜とカニカマのからし和え 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 揚げ魚の野菜あんかけ トマトと豆腐のサラダ なすのマヨ和え	ご飯 味噌汁 イカと大根の煮物 南瓜とキュウリのサラダ お新香	
19日 (日)	ご飯 味噌汁 ねぎ納豆 もやしとピーマンの炒め物 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	パン コーンポタージュ ポークチャップ 和風ポテサラ りんごゼリー	ご飯 味噌汁 白身魚とズッキーニの炒め物 きのこのおろし和え お新香	
20日 (月)	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 青梗菜とハムの炒め物 煮豆 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 シルバーの味噌漬け焼き 白和えサラダ キャベツのからし醤油	ご飯 味噌汁 鱈のガーリック焼き 大根ときのこの煮物 お新香	
21日 (火)	ご飯 味噌汁 卵と野菜のソテー きゅうりのツナ和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 トマトの肉じゃが かぼちゃとひじきのサラダ キュウリとなすのショウガ和え	ご飯 味噌汁 魚の味噌ダレがけ 炒り豆腐 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

# 平成30年8月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
22日 (水)	ご飯 味噌汁 赤魚の西京焼き キャベツと油揚げの煮浸し 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 中華風コーンスープ 鮭とアスパラのゴマ味噌 夏野菜と豆腐のサラダ フルーチェ(ベリー)	ご飯 味噌汁 鶏の味噌照り焼き 大根ともやしのサラダ 梅干	
23日 (木)	ご飯 味噌汁 なめこ豆腐 白菜と油揚げの煮物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 タラ蒸しあんかけ 揚げなすサラダ トマトの人参ドレッシング	ご飯 味噌汁 豚肉と豆腐の塩炒め いんげんの含め煮 お新香	
24日 (金)	ご飯 味噌汁 冷奴 玉ねぎの卵とじ 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 長芋と豚肉の生姜味噌煮 花野菜サラダ きゅうりの梅肉醤油和え	ご飯 味噌汁 鮭とキャベツのさっと煮 切り昆布の煮物 お新香	
25日 (土)	ご飯 味噌汁 魚肉スクランブル キノコのさっと煮 いりこみそ 牛乳(ヨーグルト)	味噌冷やし中華 オクラの冷やし汁 なすのガーリック炒め きゅうりのナムル	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 豆腐と水菜のさっと煮 お新香	
26日 (日)	ご飯 味噌汁 サバの塩焼き キャベツとわかめのさっと煮 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 肉団子の野菜甘酢炒め 里芋の練り味噌がけ キュウリの酢の物	ご飯 味噌汁 なすと豚肉の炒め物 かぼちゃの煮物 お新香	
27日 (月)	ご飯 味噌汁 めかぶ納豆 もやしとニラの炒め物 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏の中華炒め キュウリとコーンのサラダ しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 サワラの梅照り焼き エリンギとハムの炒め物 お新香	
28日 (火)	ご飯 味噌汁 目玉焼き 和風野菜炒め 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 わかめの中華スープ なす入りエビチリ 春雨サラダ 牛乳カン	ご飯 味噌汁 じゃが芋とイカの胡麻味噌煮 もやしのポン酢和え お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

# 平成30年8月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
29日 (水)	ご飯 味噌汁 豆腐と卵の甘辛煮 なすのおかか和え 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 牛バラ焼き コールスローサラダ いちごゼリー	ご飯 味噌汁 タラのゆうあん焼き しめじと人参の金平 お新香	
30日 (木)	ご飯 味噌汁 絹ごし豆腐のみぞれ煮 もやしと三つ葉のお浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏のソース照り焼き アボカドとレタスのサラダ カリフラワーの梅 Mayo 和え	ご飯 味噌汁 鮭のオーロラソース煮 ひじきと切干大根の煮物 お新香	
31日 (金)	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 コンソメスープ3 夏野菜カレー 蒸し鶏のマリネ フルーツゼリー	ご飯 味噌汁 厚揚げのチャンプル風炒め 焼きエリンギのおろし和え お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。