



# 献立表



|     | 8/11(月)                                                            | 8/12(火)                                                 | 8/13(水)                                                  | 8/14(木)                                                | 8/15(金)                                            | 8/16(土)                                               | 8/17(日)                                                    |
|-----|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 朝   | 米飯<br>味噌汁(さつま芋・えのき)<br>里芋の含め煮<br>牛乳<br>梅干し                         | 米飯<br>味噌汁(小松菜・ブナピー)<br>金平ごぼう<br>牛乳<br>明太子風味ソース          | 米飯<br>味噌汁(南瓜・ねぎ)<br>鶏肉のすき煮<br>牛乳<br>海苔ふりかけ               | 米飯<br>味噌汁(キャベツ・油揚げ)<br>白菜の煮浸し<br>牛乳<br>たまご風味ソース        | 米飯<br>味噌汁(切麩・ねぎ)<br>オクラと湯葉のおかか和え<br>牛乳<br>たらこふりかけ  | 米飯<br>味噌汁(里芋・ほうれん草)<br>揚げ茄子の煮浸し<br>牛乳<br>海苔佃煮         | 米飯<br>味噌汁(豆腐・ねぎ)<br>肉じゃが<br>牛乳<br>鮭ふりかけ                    |
| 昼   | 米飯<br>味噌汁(厚揚げ・ねぎ)<br>手作りピーマンの肉詰め<br>キャベツとウインナーの炒め物<br>手作りレモンティーゼリー | 米飯<br>味噌汁(大根・葉大根)<br>白身魚のムニエル<br>南瓜のシナモンバター焼き<br>白菜サラダ  | 米飯<br>清汁(花麩・貝割れ)<br>コーンと枝豆のかき揚げ<br>切干大根の炒め煮<br>手作り小豆ババロア | 米飯<br>わかめスープ<br>エビマヨ<br>炒めナムル<br>豆乳花 黒蜜かけ              | 米飯<br>味噌汁(小松菜・なめこ)<br>鶏肉の蜂蜜焼き<br>じゃが芋の煮物<br>ごぼうサラダ | 米飯<br>中華スープ<br>和風麻婆豆腐<br>餃子<br>バナナムース                 | 米飯<br>味噌汁(さつま芋・油揚げ)<br>鱈の磯辺焼き<br>大根と竹輪の煮物<br>スナップエンドウの胡麻和え |
| 夕   | 米飯<br>清汁(切麩・貝割れ)<br>鶏肉の味噌くわ焼き<br>じゃこピーマン<br>ブロッコリーサラダ              | 米飯<br>味噌汁(キャベツ・ブナピー)<br>じゃが芋と豚肉の甘辛焼<br>手作り揚げ出し豆腐<br>洋梨缶 | 米飯<br>味噌汁(冬瓜・ワカメ)<br>鱈の味噌焼<br>なすのおかか煮<br>トマト             | 米飯<br>味噌汁(豆腐・シメジ)<br>豚しゃぶねぎソース<br>カニ玉子ロール<br>ほうれん草のお浸し | ゆかりご飯<br>味噌汁(もやし・舞茸)<br>厚揚げの卵とじ<br>青菜の醤油炒め<br>オレンジ | 米飯<br>清汁(大根・三つ葉)<br>豚肉のカレー炒め<br>お魚豆腐の餡煮<br>キャベツの塩昆布和え | 米飯【パイナップルの日】<br>中華スープ<br>油淋鶏<br>もやしと卵の炒め物<br>パイナップル        |
| おやつ | 手作りおやつ(富士山ゼリー)                                                     | レモンケーキ                                                  | お楽しみ                                                     | プチシュー                                                  | 黒糖丸ボウロ                                             | かっぱえびせん                                               | カルシウムヨーグルト                                                 |



くわ焼きとは、江戸時代から伝わる日本料理の一つ。名前の由来は諸説ありますが、昔の農作業の合間に野鳥を捕まえ「鋤」の上で焼いたことが始まりとされています。

※都合により変更する場合があります  
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります