

特別養護老人ホーム遊ぶる 8月献立表

	日 7月27日	月 7月28日	火 7月29日	水 7月30日	木 7月31日	金 8月1日	土 8月2日
朝食	レーズンロール 丸ロール なすのトマト煮 果物（桃缶） 牛乳	黒糖ロール ミニメロンパン ごぼうサラダ 果物（キウイ） ミルクティー	十勝あんぱん オムレツ 果物（みかん缶） 牛乳	ハニーロール ショコラロール シーザーサラダ 果物（パイン缶） 牛乳	雑炊 千切大根の煮物 にしんの煮付け	バターロール カスタードロール ポテトカップグラタン 果物（桃缶） カフェオレ	ワッサンデニッシュ 人参のコーン煮 果物（みかん缶） 牛乳
昼食	炊き込みごはん カレイのわかめ蒸し 里芋の緑あんかけ 青梗菜の帆立和え うす揚げと白菜の味噌汁	ごはん 鯖（さわら）のおろし蒸し ぜんまいの煮物 きゅうりの酢の物 みつばと麩の吸物	ごはん 豚の生姜焼き きのこ炒り豆腐 もずくの酢の物 さつま芋と玉葱の味噌汁	ホタテと舞茸の炊き込みごはん 鰯（ぶり）の柚焼き きんぴらごぼう からし菜と白きくらげのお浸し 里芋と白葱の味噌汁	ごはん 豚肉となすの利久煮 高野の炊き合わせ 小松菜の胡麻和え みつばと竹輪の吸物	親子丼 炒り卵の花 トマトのおろし和え 厚揚げと里芋の味噌汁	ごはん 鮭（さけ）のバジル焼き ツナサラダ 果物（メロン） コーンスープ
夕食	ごはん 厚揚げのみそ炒め 田舎煮 ほうれん草の白和え ささみとオクラの吸物	ごはん 鶏肉の梅焼き 蓮根の炒めなます 小松菜のお浸し じゃが芋と絹さやの味噌汁	ごはん 鮭（さけ）の照焼 大豆の煮物 長芋の醤油焼き そうめんとかまぼこの吸物	ごはん 牛肉の炒め煮 ほうれん草の卵とし オクラとささみの和え物 巻き麩と榎の吸物	ごはん 鰯（あじ）と厚揚げのみぞれ煮 冬瓜の煮物 青梗菜の煮浸し たまごの味噌汁	ごはん 白身魚の照焼 牛肉のしぐれ煮 ごま胡瓜 とろろとかまぼこの吸物	ごはん 干草焼き（あんかけ） 里芋のそぼろ煮 小松菜のお浸し おつゆ麩とうす揚げの味噌汁
3時	いちごのムース	おかしなバナナ 紅茶 日向夏ゼリー	栗饅頭 ふんわりよもぎ	はちみつレモンゼリー	クリームコンフェ カフェオレ マンゴープリン	水羊羹	パンケーキメープル 紅茶 ピーチゼリー
	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
朝食	黒糖ロール ミニメロンパン アスパラの炒め物 果物（キウイ） ミルクティー	Wドッグパン コールスローサラダ 果物（桃缶） 牛乳	バターロール イエローロール カニサラダ（ごまドレッシング） 果物（パイン缶） りんごジュース	雑炊 蒟蒻のみそ炒め かまぼこ	カスタードロール 丸ロール 白菜のベーコン煮 果物（みかん缶） 牛乳	バターロール ミルクパン さつまいもサラダ 果物（桃缶） カフェオレ	十勝あんぱん 野菜サラダ（青じそドレッシング） 果物（キウイ） 牛乳
昼食	焼きそば たこ焼き 焼き鶏 大根サラダ（和風ドレッシング） 果物（スイカ）	ごはん 豚肉と葱の炒め物 鶏の土佐煮 大根の梅マヨ和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鯖（さわら）の塩麴焼き 五目豆 揚げ茄子といんげんの生姜あん かき玉汁	ごはん 蒸し鶏 ひじきの五目煮 厚揚げおろし和え かまぼこと貝割れの吸物	ごはん すき焼き グリーンピースの卵とし 小松菜の帆立和え 榎と三度豆の味噌汁	ごはん 赤魚の煮付け なすの甘辛煮 ほうれん草の白和え 玉ねぎと絹さやの味噌汁	ごはん ミートローフ マカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ（白菜・しめじ）
夕食	ごはん ほうれん草中華風炒め エビシユウマイ 野菜の辛み和え 中華スープ（椎茸・しめじ）	ごはん カレイの香りづけ 青梗鶏そぼろ煮 白菜の浅漬け しめじともやしの味噌汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ じゃこピーマン ほうれん草のお浸し 花麩と舞茸の吸物	ごはん ホッケの塩焼き 大根のうま煮 長芋の醤油焼き 南瓜と白葱の味噌汁	ごはん 鯖（さば）の味噌煮 ごぼうのそぼろ炒め 春菊のごま和え なめことみつばの吸物	ごはん 豚肉と白菜のボン酢炒め 竹輪のきんぴら 榎の甘酢和え あさりと巻き麩の吸物	ごはん 鰯（ぶり）の辛み焼 がんもの含め煮 きゅうりの酢の物 人参と椎茸の味噌汁
3時		クリームコンフェ 紅茶 日向夏ゼリー	人形焼き ふんわりみたらし	信州りんごカステラ 牛乳 プリン	いちごのムース	三笠饅頭 ふんわりよもぎ	福茶 水羊羹
	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日
朝食	お粥 にら玉炒め かまぼこ	カスタードクリームパン キャベツのスープ煮 果物（パイン缶） 牛乳	ショコラロール ライトワッサン ほうれん草のクリーム煮 果物（みかん缶） 牛乳	イエローロール バターロール ごぼうサラダ 果物（桃缶） 牛乳	Wドッグパン オムレツ 果物（キウイ） 牛乳	雑炊 じゃが芋の煮物 にしんの煮付け	イエローロール ミルクパン ツナサラダ 果物（パイン缶） 牛乳
昼食	ごはん 鮭（さけ）のレモン醤油焼き 高野豆腐含め煮 小松菜のわさび和え 舞茸と榎の味噌汁	冷麺 白菜とむき海老の中華煮 じゃこピーマン 果物（梨）	ごはん めばるの香味焼き 茄子の炒め物 オクラとささみの和え物 絹さやとじゃが芋の味噌汁	ごはん 豆腐と豚肉のうま煮 春菊と竹輪の生姜煮 青梗菜の磯辺和え わかめともやしの味噌汁	ごはん 南瓜のコロッケ ウイナーソテー フルーツカクテル コンソメスープ（キャベツ・コーン）	きのこごはん カレイのわかめ蒸し 里芋の煮っころがし からし菜と白きくらげのお浸し 長芋のとろろ汁	ごはん 鯛（たい）の煮付け 炒り卵の花 海藻の酢の物 南瓜としめじの味噌汁
夕食	ごはん 鶏肉の照煮 蓮根の炒めなます いんげんのごま和え はんぺんと玉ねぎの吸物 マンゴープリン	ごはん 鰯（あじ）の生姜煮 ぜんまいの煮物 胡瓜のなめ茸和え 厚揚げとごぼうの味噌汁 マドレーヌ	ごはん 焼肉 きのこ炒り豆腐 みつばのおろし和え 鶏とかまぼこの吸物 ベルギーワッフル	ごはん 鯖（さわら）の南部焼き 大根のうま煮 もずくの酢の物 とろろと白菜の吸物 紅茶ケーキ カフェオレ いちごのムース	ごはん 鶏肉と根菜の煮しめ 蒟蒻のみそ炒め 小松菜の胡麻和え みつばとおつゆ麩の吸物 黒糖まんじゅう ふんわりみたらし	ごはん 豚ヒレの照り焼き きんぴらごぼう ほうれん草の白和え 春菊と巻き麩の味噌汁 ココアワッフル ミルクティー りんごゼリー	ごはん 野菜炒め 鶏肉の治部煮 胡瓜と茄子のしょうが和え みぞれ汁 塩まんじゅう ふんわりよもぎ
3時		紅茶 はちみつレモンゼリー	紅茶 紅茶のムース				
	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
朝食	ショコラロール バターロール 千切大根のサラダ 果物（みかん缶） 牛乳	黒糖食パン さつまいもサラダ 果物（桃缶） 牛乳	ハニーロール カスタードロール 野菜のスープ煮 果物（キウイ） 牛乳	お粥 白滝の有馬煮 白花生	イエローロール ミニメロンパン トマトサラダ 果物（パイン缶） 牛乳	丸ロール ミルクパン スパゲティーサラダ 果物（みかん缶） カフェオレ	黒糖ロール レーズンロール シーザーサラダ 果物（桃缶） 牛乳
昼食	牛丼 小松菜のお浸し 果物（りんご） おつゆ麩と榎の吸物	ごはん 鮭（さけ）のムニエル スパゲティーナポリタン 野菜サラダ（野菜ドレッシング） コーンスープ	ごはん おろしハンバーグ 青梗菜の煮浸し タコの酢の物 花麩と鶏の吸物	ゆかりごはん 鰯（あじ）の南蛮漬 ぜんまいの煮物 春菊のお浸し わかめと貝割れの味噌汁	ごはん ハヤシライス ポテトサラダ 果物（メロン） コンソメスープ（しめじ・小松菜）	ごはん 鯖（さわら）のパン粉焼き 茄子のそぼろあん 青梗菜のじゃこ和え ささみのオクラの吸物	ごはん 鶏唐揚げ 白菜の信田煮 大根サラダ（和風ドレッシング） たまごの味噌汁
夕食	ごはん 鰯（ぶり）の生姜焼き 冬瓜の煮物 キャベツおかか和え なめことオクラの味噌汁 日向夏ゼリー	ごはん 豚肉となすの利久煮 南瓜のいとか煮 ささみの生姜酢 とろろとかまぼこの吸物 バナナケーキ 紅茶 チョコレートムース	ごはん 鯖（さば）の梅焼き ひじきの炒め煮 白菜の浅漬け にらと舞茸の味噌汁 発酵バターケーキ 紅茶 ピーチゼリー	ごはん 鶏肉のきじ焼き ほうれん草の卵とし もずくの酢の物 おつゆ麩とまいたけの吸物 水羊羹	ごはん カレイの沢煮 里芋の緑あんかけ ごま胡瓜 たまごの味噌汁 しっとりはちみつケーキ 紅茶 日向夏ゼリー	ごはん う巻き卵 竹輪のきんぴら 榎の梅肉和え ほうれん草と玉ねぎの味噌汁 栗田舎饅頭 ふんわりみたらし	ごはん 甘だいのレモン味噌焼き 南瓜の炊き合わせ 小松菜のわさび和え あさりと絹さやの吸物 ヨーグルトケーキ 紅茶 マンゴープリン
3時							
	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
朝食	ワッサンデニッシュ ごぼうサラダ 果物（キウイ） りんごジュース	雑炊 五目豆 鰯の香梅煮	Wドッグパン 白菜のベーコン煮 果物（みかん缶） 牛乳	黒糖食パン さつまいものみかん煮 果物（パイン缶） 牛乳	イエローロール ミルクパン ポテトカップグラタン 果物（桃缶） カフェオレ	ミニメロンパン レーズンロール なすのトマト煮 果物（キウイ） 牛乳	お粥 蒟蒻のみそ炒め にしんの煮付け
昼食	ごはん 鮭（さけ）の酒蒸し 高野豆腐含め煮 きゅうりの酢の物 のっぺい汁	ごはん 八宝菜 肉団子（甘酢あん） からし菜と白きくらげのお浸し 中華スープ（椎茸・しめじ）	冷やしそうめん きのこ炒り豆腐 いんげんのごま和え 果物（スイカ）	ごはん 牛肉の炒め煮 蓮根の炒めなます オクラとささみの和え物 大根と人参の味噌汁	ごはん 白身魚の照焼き 南瓜のいとか煮 春菊の磯部和え 絹さやと椎茸の味噌汁	ごはん 厚揚げのみそ炒め ほうれん草の卵とし 白菜梅じそ和え とろろとかまぼこの吸物	炊き込みごはん 鯖（さわら）のおろし蒸し ひじきの炒め煮 小松菜の胡麻和え 豚汁
夕食	ごはん 豚の生姜焼き 焼き茄子 ほうれん草のほたて和え 豆腐とわかめの味噌汁	ごはん 鰯（ぶり）の塩焼き 牛肉のしぐれ煮 長芋のわさび醤油がけ 榎と貝割れの吸物	ごはん 鶏肉のゆうあん焼き じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し 舞茸とうす揚げの味噌汁	ごはん 鯖（さば）の辛み焼 ごぼうのそぼろ炒め 長芋の醤油焼き おつゆ麩とほうれん草の吸物	ごはん 麻婆豆腐 青梗菜の中華風煮浸し ブロッコリーとトマトの中華和え 中華スープ（たまご・カニカマ）	ごはん 牛肉のピーマン炒め 千切大根の煮物 胡瓜のなめ茸和え 南瓜とごぼうの味噌汁 ブチクレープ 紅茶 紅茶のムース	ごはん 鶏肉と根菜の煮しめ アスパラの炒め物 キャベツの浅漬け 鶏と巻き麩の吸物 クリームチーズケーキ カフェオレ はちみつレモンゼリー
3時	ふんわりよもぎ	おかしなバナナ カフェオレ りんごゼリー	牛乳ケーキ 紅茶 プリン	栗饅頭 ふんわりよもぎ	りんごゼリー		

※8/31の献立は9月分に掲載します