

8月 献立表

月	火	水	木	金
1 ごはん みそ汁 焼き白身魚フライ オクラの和え物 かぼちゃの煮物	2 ごはん コンソメスープ ポークピカタ(卵) 海藻サラダ 大豆のトマト煮	3 おにぎり ひやしぶっかけうどん(卵) 野菜かき揚げ(焼き)	4 ごはん かきたま汁(卵) 魚の煮付け(さごし) モズクの酢のもの もやしの五目炒め	5 エビピラフ コンソメスープ(卵) いんげんとツナのサラダ
8 ごはん みそ汁 コロッケ スパゲティサラダ 肉団子の甘酢あん	9 ごはん そうめん汁 魚の味噌煮(さば) れんこんの炒め煮 春雨の酢のもの(卵)	10 おにぎり ひやしとろろそば(そば) ゴーヤチャンプル(卵)	11	12
15	16 ごはん みそ汁 魚の塩焼き ほうれん草のお浸し 高野煮	17 おにぎり ひやし中華 焼きぎょうざ	18 ごはん すまし汁 豚肉の生姜炒め ブロッコリーのソテー なすの味噌炒め	19 マーボー丼 中華スープ ゆかり和え
22 ごはん みそ汁 豚肉のカレー炒め 花野菜サラダ 切り干し大根の煮物	23 ロールパン コンソメスープ 若どりのトマト煮 大根サラダ じゃが芋のソテー	24 おにぎり ひやしおろしうどん(卵) 焼き春巻き	25 ごはん みそ汁 魚のつけ焼き(あじ) 枝豆のおろし和え ビーフソテー	26 ポークカレーライス コンソメスープ かにサラダ
29 ごはん すまし汁 魚の西京焼き(さごし) 青菜のごま和え がんもの煮付け	30 ごはん コンソメスープ チキンのマスタード焼き 焼きナス ほうれん草のソテー	31 おにぎり しょうゆラーメン(卵) しゅうまい		