

がっ　　こん　だて　ひょう
8月　献立表

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
2	3	4	5	6
ごはん みそ汁 <small>しる</small> 焼き白身魚フライ <small>やき　しろみ　さかな</small> オクラの和え物 <small>あ　もの</small> 南瓜の煮物 <small>かぼちゃ　にもの</small>	ごはん コンソメスープ ポークピカタ <small>たまご</small> 海藻サラダ <small>かいそう</small> 大豆のトマト煮 <small>だいず　に</small>	おにぎり 冷やしぶっかけうどん <small>たまご</small> 天ぷら <small>てん</small>	ごはん かきたま汁 <small>じる　たまご</small> 魚の煮つけ <small>さかな　に</small> もずくの酢の物 <small>すのもの</small> もやしの五目炒め <small>ごもく　した</small>	えびピラフ コンソメスープ <small>たまご</small> いんげんとツナのサラダ
9	10	11	12	13
やす 休み	ごはん そうめん汁 <small>じる</small> 魚の味噌煮 <small>さかな　みそに</small> れんこんの炒め物 <small>いた　もの</small> 春雨の酢の物 <small>はるさめ　すのもの　たまご</small>	おにぎり 冷やしとろろそば <small>ひ</small> ゴーヤチャンプル <small>たまご</small>		
16	17	18	19	20
ごはん みそ汁 <small>しる</small> コロッケ スパゲティサラダ 肉団子の甘酢あん <small>にくだんご　あまず</small>	ロールパン コンソメスープ 若鶏のトマト煮 <small>わかどり　に</small> 大根サラダ <small>だいこん</small> ほうれん草のソテー <small>ほうれん　そう</small>	おにぎり 冷やし中華 <small>ひ　ちゅうか　たまご</small> 揚げぎょうざ <small>あ</small>	ごはん すまし汁 <small>しる</small> 魚の生姜焼き <small>さかな　しょうがや</small> 菜の花和え <small>な　はなあ</small> なすのみそ炒め <small>いた</small>	麻婆丼 <small>まーぼーどん</small> 中華スープ <small>ちゅうか</small> ゆかり和え <small>あ</small>
23	24	25	26	27
ごはん みそ汁 <small>しる</small> 魚の塩焼き <small>さかな　しおや</small> ほうれん草のお浸し <small>ほうれん　そう　ひた</small> 里芋煮 <small>さと芋に</small>	ごはん みそ汁 <small>しる</small> 豚肉のカレー炒め <small>ぶたにく　いた</small> 花野菜サラダ <small>はなやさい</small> 切り干し大根の煮物 <small>き　ぼ　だいこん　にもの</small>	おにぎり 冷やしそば <small>ひ</small> 春巻き <small>はるま　たまご</small> (タケノコ)	ごはん みそ汁 <small>しる</small> 魚の竜田揚げ <small>さかな　たつた　あ</small> 枝豆のおろし和え <small>えだまめ　あ</small> ビーファンソテー	ポークカレーライス コンソメスープ マカロニサラダ
30	31			
ごはん すまし汁 <small>しる</small> 魚の西京焼き <small>さかな　さいきょうや</small> 青菜のごま和え <small>あおな　あ</small> がんもの煮つけ <small>に</small>	ごはん コンソメスープ チキンのマスタード焼き <small>や</small> 焼きなす <small>や</small> ほうれん草のソテー <small>ほうれん　そう</small>			