



# 週間献立表



	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日	9月1日	9月2日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 金山寺和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 はのぺんの白煮 ポン酢和え ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 さつま揚げの生姜炒め ごま和え ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 南瓜の昆布煮 もやしの和え物 ふりかけ(ご飯の友)	ご飯(80g) 味噌汁 ウインナーのソテー 青梗菜のお浸し たいみそ	ご飯(80g) 味噌汁 じゃが芋のかか煮 サラダ ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 がんもの含め煮 いんげんのごまよごし ふりかけ(鮭)
昼食	ご飯(80g) 煮魚 ピーマンの塩昆布和え キウイ すまし汁(えのき)	ご飯(80g) 鶏肉のハニーマスタードソース 人参サラダ コーヒーゼリー コンソメスープ	ご飯(80g) 魚の香味焼き いかと里芋の含め煮 バナナ すまし汁(とろろ昆布)	ご飯(80g) チャプチェ 柿の葉のナムル マンゴー わかめスープ	胚芽ロール 白身魚のフライ ツナサラダ ぶどうゼリー ミネストローネ	赤飯 豚バラと大根の煮物 小松菜と竹輪の和え物 りんご すまし汁(カワレ)	ご飯(80g) 魚の塩焼き キュウリの酢の物 黄桃缶 豚汁
おやつ	牛乳 黒蜜がけゼリー	牛乳 冷やしおしるこ	牛乳 フルーチェ	牛乳 かき氷ゼリー	牛乳 きなこ蒸しパン	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 今川焼き
夕食	ご飯(80g) 牛肉と厚揚げの炒め物 わさび酢和え みかん缶 すまし汁(そうめん)	ご飯(80g) 魚の梅照り焼き 磯和え 洋ナシ缶 すまし汁(かま)	ご飯(80g) マーボー豆腐 中華風サラダ 黄桃缶 中華スープ	ご飯(80g) 蒸し魚の味噌マヨソース 人参の炒め物 すまし汁(カワ)	ご飯(80g) 鶏肉のきのこあんかけ 明太和え フルーツカクテル すまし汁(かまぼこ)	ご飯(80g) 魚の味噌漬け焼き ごま酢和え みかん缶 すまし汁(そうめん)	ご飯(80g) 牛肉と茄子のしぐれ煮 蓮根のカレー風味 キウイ すまし汁

