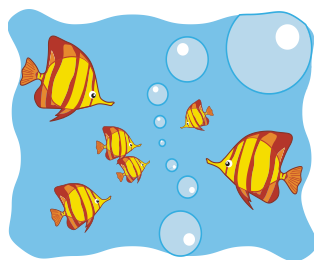


8月の献立カレンダー

(H29・8)



1(火)		2(水)		3(木)		4(金)	
冷やし中華 きびなごのから揚げ デザート		ごはん 魚のホイル焼き ジャーマンポテト コンソメスープ 果物		ごはん ミートローフ ほうれん草と卵のサラダ すまし汁 果物		ごはん 酢鶏 中華和え すまし汁 果物	
赤	ham・たまご きびなご・たまご	赤	さかな・コンビーフ ベーコン	赤	ぶたミンチ・牛ミンチ たまご	赤	とりにく・たまご・いか
黄	中華めん・油・さとう・片栗粉 小麦粉・バター	黄	ごはん・バター 油・ジャガイモ	黄	ごはん・パン粉・小麦粉・油 マヨネーズ	黄	ごはん・片栗粉・油・さとう ごま
緑	きゅうり・わかめ・ねぎ・レタス	緑	人参・シメジ・玉ねぎ・いんげん 小松菜・コーン	緑	きゃべつ・かいわれ・プチトマト ほうれん草・りんご・えのき・たけのこ	緑	ピーマン・人参・玉ねぎ・たけのこ しいたけ・もやし・きゅうり・もずく
7(月)		8(火)		9(水)		10(木)	
あわごはん イカフライ ひじき煮 みそ汁 カルシウムあられ		ごはん 魚のマリネ かぼちゃのサラダ ミネストローネ カルシウムふりかけ		ごはん チキンから揚げ 筑前煮 みそ汁 漬物		ビビンバ丼 マカロニサラダ すまし汁 フルーツカクテル	
赤	さかな・たまご 大豆・ちくわ・みそ	赤	魚・ham ベーコン	赤	とりにく・さつま揚げ みそ	赤	ぶたにく・ham・豆腐
黄	ごはん・あわ・小麦粉・油 パン粉・さとう・ふ・あられ	黄	ごはん・小麦粉・片栗粉 油・さとう・マヨネーズ	黄	ごはん・油・片栗粉・サトイモ	黄	ごはん・ごま油・ごま マカロニ・マヨネーズ・フルーツ
緑	きゃべつ・玉ねぎ・ひじき・人参 糸こんにゃく・チンゲン菜	緑	玉ねぎ・ピーマン・レタス・人参 かぼちゃ・きゅうり・セロリ・きゃべつ・トマト	緑	きゃべつ・かいわれ・プチトマト ごぼう・人参・えのき・ねぎ	緑	きゃべつ・もやし・人参・にら きくらげ・ねぎ・きゅうり・アーサー
14(月)		15(火)		16(水)		17(木)	
むぎごはん さんまフライ なすみそ炒め すまし汁 漬物		ごはん 豆腐チャンプルー 芋天ぷら すまし汁 果物		ごはん 焼き魚 肉じゃが ゆし豆腐 フルーツヨーグルト		おにぎり 沖縄そば 酢の物 ヤクルト	
赤	さんま・たまご・ぶたにく	赤	とうふ・ポーク たまご	赤	さかな・豚肉・ゆしとうふ ヨーグルト	赤	三枚肉・かまぼこ・たこ
黄	ごはん・むぎごま油・小麦粉 パン粉・油	黄	ごはん・小麦粉・油 そうめん	黄	ごはん・さとう・ジャガイモ	黄	ごはん・沖縄そば・さとう ヤクルト
緑	きゃべつ・人参・なす・玉ねぎ ピーマン・しいたけ・えのき	緑	人参・きゃべつ・玉ねぎ・にら	緑	きゃべつ・人参・かいわれ 玉ねぎ・糸こんにゃく・いんげん	緑	わかめ・きゅうり・ねぎ
21(月)		22(火)		23(水)		24(木)	
むぎごはん メンチカツ 切干大根サラダ みそ汁 みかん缶		いなりずし ざるそば 野菜天ぷら 梅香和え		あわごはん ピーマン肉詰焼き ごぼうのマヨネーズ和え たまごスープ 果物		ごはん さばの竜田揚げ おくら和え すまし汁 ふかし芋	
赤	豚ミンチ・牛ミンチ たまご・ツナ缶・みそ	赤	油揚げ・魚・たまご	赤	ぶたミンチ・牛ミンチ たまご・ツナ	赤	さば
黄	ごはん・むぎ・パン粉・小麦粉 油・みかん缶	黄	そば・ごはん・さとう・油 小麦粉	黄	ごはん・パン粉・小麦粉 油・マヨネーズ	黄	ごはん・片栗粉・油・サツマイモ
緑	きゃべつ・人参・切干大根・かいわれ わかめ・チンゲン菜	緑	かぼちゃ・れんこん・大根 しそ・うめ	緑	ピーマン・玉ねぎ・きゃべつ・かいわれ トマト・きゅうり・絹さや	緑	大根・きゅうり・きゃべつ おくら・長いも・なめたけ・モズク
28(月)		29(火)		30(水)		31(木)	
ハンバーガー ポテトフライ パンプキンスープ 果物		ごはん 魚のマスタード焼き 白和え みそ汁 フルーチェ		カツ丼 中華和え みそ汁 カルシウムウエハース		ごはん 和風スパゲティー コンソメスープ ゼリー	
赤	ぶたミンチ・牛ミンチ たまご・牛乳	赤	魚・とうふ・牛乳	赤	ぶたにく・たまご くらげ・みそ	赤	とりにく・ツナ・ベーコン
黄	バーガーパン・マヨネーズ・ジャガイモ 小麦粉・油	黄	ごはん・ごま・さとう ふ・さとう	黄	ごはん・パン粉・小麦粉 油・春雨・ごま・麩・ウエハース	黄	ごはん・スパゲティー 片栗粉・油・砂糖・ゼリー
緑	トマト・きゅうり・レタス かぼちゃ	緑	きゃべつ・カイワレ・プチトマト ほうれん草・人参・ひじき・しめじ	緑	玉ねぎ・きゅうり・人参 なめこ・ねぎ	緑	きゃべつ・人参・玉ねぎ・シメジ 大根・絹さや



※やむをえず材料や献立を変更する場合があります。