



平成28年8月献立



日	曜日	昼食メニュー	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	午前おやつ	午後おやつ	
1	月	鶏ささみと野菜のトマト煮込み、ポテトサラダ、ご飯、スープ、オレンジ	ご飯、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、マヨネーズ	鶏肉	玉ねぎ、カットトマト缶、カリフラワー、胡瓜、人参、キャベツ、コーン、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	おかかおにぎり	
2	火	ツナのと風スパゲッティ、お豆のころころサラダ、卵スープ、梨	スパゲッティ、バター、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ	ツナフレーク缶、大豆、 玉子	キャベツ、パプリカ赤、コーン、胡瓜、トマト、玉ねぎ、梨	日替り雑炊又は野菜スープ	オレンジゼリー	
3	水	焼き鳥風ソテー、じゃこ和え、ご飯、お味噌汁、ヨーグルト	ご飯、菜種油、甜菜糖、じゃが芋	鶏肉、ちりめん干し、ヨーグルト	ピーマン、小松菜、人参、長葱	日替り雑炊又は野菜スープ	(お誕生日会)アプルケーキ	
4	木	オムレツ、レーズンサラダ、ご飯、お味噌汁、バナナ	ご飯、菜種油、甜菜糖	鶏肉、 玉子	玉ねぎ、ブロッコリー、白菜、レーズン、人参、なめこ、万能ねぎ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポテトもち	
5	金	豚肉の生姜焼き、ほうれん草とたまごのマヨサラダ、ご飯、お味噌汁、グレープフルーツ	ご飯、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ、さつま芋	豚肉、 玉子	生姜、玉ねぎ、ピーマン、ほうれん草、人参、ワカメ、グレープフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	ツナと人参のおにぎり	
6	土	夕涼み会(16:00~18:00)					夕涼み会	夕涼み会
7	日	休園日					休園日	休園日
8	月	パンパンジー、南瓜のツナ煮、ご飯、お味噌汁、キウイフルーツ	ご飯、胡麻、甜菜糖、胡麻油	鶏肉、ツナフレーク缶	キャベツ、トマト、南瓜、ワカメ、長葱、キウイフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	枝豆とワカメのおにぎり	
9	火	助宗鱈のパン粉焼き、レーズンサラダ、ご飯、スープ、オレンジ	ご飯、小麦粉、マヨネーズ、パン粉、バター、甜菜糖、菜種油	スケソウダラ	青のり、ブロッコリー、キャベツ、人参、レーズン、玉ねぎ、えのき草、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	パインアイス	
10	水	カラスカレイのムニエル、じゃが芋の炒り煮、ご飯、お味噌汁、グレープフルーツ	ご飯、小麦粉、菜種油、バター、じゃが芋、甜菜糖	カラスカレイ、鶏肉、油揚げ	ほうれん草、コーン、人参、玉ねぎ、グレープフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	ドリア	
11	木	休園日(山の日)					休園日(山の日)	休園日(山の日)
12	金	白糸鱈の野菜あんかけ、南瓜と昆布の煮物、ご飯、お味噌汁、オレンジ	ご飯、片栗粉、菜種油、甜菜糖	シロイトナ、 玉子	玉ねぎ、人参、ピーマン、南瓜、昆布、長葱、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	白子と小松菜のおにぎり	
13	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
14	日	休園日					休園日	休園日
15	月	鶏ささみと野菜のトマト煮込み、じゃが芋とアスパラのサラダ、ご飯、スープ、みかん缶	ご飯、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、マヨネーズ	鶏肉	玉ねぎ、カットトマト缶、カリフラワー、アスパラ、小松菜、コーン、みかん缶	日替り雑炊又は野菜スープ	おかかおにぎり	
16	火	ツナのと風スパゲッティ、お豆のころころサラダ、スープ、洋梨缶	スパゲッティ、バター、菜種油、甜菜糖	ツナフレーク缶、大豆、油揚げ	玉ねぎ、インゲン、コーン、ブロッコリー、スタップエンドウ、洋梨缶	日替り雑炊又は野菜スープ	オレンジゼリー	
17	水	揚げ高野の野菜あんかけ、じゃこ和え、ご飯、お味噌汁、白桃缶	ご飯、片栗粉、甜菜糖、菜種油	高野豆腐、ちりめん干し	玉ねぎ、ピーマン、小松菜、南瓜、ワカメ、白桃缶	日替り雑炊又は野菜スープ	焼きそば	
18	木	オムレツ、レーズンサラダ、ご飯、お味噌汁、パイン缶	ご飯、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ	鶏肉、 玉子	玉ねぎ、ブロッコリー、南瓜、レーズン、グリーンピース、スタップエンドウ、ワカメ、パイン缶	日替り雑炊又は野菜スープ	ポテトもち	
19	金	豚肉の生姜焼き、小松菜とたまごのマヨサラダ、ご飯、お味噌汁、グレープフルーツ	ご飯、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ、さつま芋	豚肉、 玉子	生姜、玉ねぎ、ピーマン、小松菜、人参、ワカメ、グレープフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	ツナと人参のおにぎり	
20	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
21	日	休園日					休園日	休園日
22	月	パンパンジー、南瓜のツナ煮、ご飯、お味噌汁、キウイフルーツ	ご飯、胡麻、甜菜糖、胡麻油	鶏肉、ツナフレーク缶	キャベツ、トマト、南瓜、ワカメ、長葱、キウイフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	枝豆とワカメのおにぎり	
23	火	助宗鱈のパン粉焼き、レーズンサラダ、ご飯、スープ、オレンジ	ご飯、小麦粉、マヨネーズ、パン粉、バター、甜菜糖、菜種油	スケソウダラ	青のり、ブロッコリー、キャベツ、人参、レーズン、玉ねぎ、えのき草、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	パインアイス	
24	水	カラスカレイのムニエル、じゃが芋の炒り煮、ご飯、お味噌汁、グレープフルーツ	ご飯、小麦粉、菜種油、バター、じゃが芋、甜菜糖	カラスカレイ、鶏肉、油揚げ	ほうれん草、コーン、人参、玉ねぎ、グレープフルーツ	日替り雑炊又は野菜スープ	ドリア	
25	木	鶏ささみのくずたたき、五目炒り煮、ご飯、お味噌汁、バナナ	ご飯、片栗粉、甜菜糖、胡麻油、菜種油、こんにゃく	鶏肉、大豆	ブロッコリー、人参、牛蒡、インゲン、キャベツ、ワカメ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	焼きそば	
26	金	白糸鱈の野菜あんかけ、南瓜と昆布の煮物、ご飯、お味噌汁、オレンジ	ご飯、片栗粉、菜種油、甜菜糖	シロイトナ、 玉子	玉ねぎ、人参、ピーマン、南瓜、昆布、長葱、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	白子と小松菜のおにぎり	
27	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
28	日	休園日					休園日	休園日
29	月	鶏ささみと野菜のトマト煮込み、ポテトサラダ、ご飯、スープ、オレンジ	ご飯、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、マヨネーズ	鶏肉	玉ねぎ、カットトマト缶、カリフラワー、胡瓜、人参、キャベツ、コーン、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	おかかおにぎり	
30	火	ツナのと風スパゲッティ、お豆のころころサラダ、卵スープ、梨	スパゲッティ、バター、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ	ツナフレーク缶、大豆、 玉子	キャベツ、パプリカ赤、コーン、胡瓜、トマト、玉ねぎ、梨	日替り雑炊又は野菜スープ	オレンジゼリー	
31	水	焼き鳥風ソテー、じゃこ和え、ご飯、お味噌汁、ヨーグルト	ご飯、菜種油、甜菜糖、じゃが芋	鶏肉、ちりめん干し、ヨーグルト	ピーマン、小松菜、人参、長葱	日替り雑炊又は野菜スープ	カレーうどん	

※赤字は玉子アレルギー除去食材です。