

8月2日～8月13日まで

食事献立予定表

日	曜	お昼のこんだて		食材料名		
8月						
2	月	ごはん 鮭の甘辛煮 車麩の玉子とじ 酢味噌和え ウィンナー	鮭 あさり 卵 ウィンナー	れんこん 人参 玉ねぎ 干しいたけ 絹さや カットわかめ ねぎ	麩 ごはん 油 砂糖	ふりかけ
3	火	ごはん カレイのおろし煮 切昆布と大豆の煮物 野菜のポン酢和え ポテトフライ	カレイ 油揚げ 大豆水煮	大根 葉ねぎ 削り昆布 いんげん ほうれん草 えのき 人参	油 ごはん 砂糖 小麦粉 じゃがいも	ふりかけ
4	水	ごはん 白身魚フライオーロラソース 大根のそぼろあん わかめと枝豆浸し ウィンナー	ホキ ウィンナー 卵 豚ひき肉	人参 ほうれん草 大根 グリンピース 枝豆 カットわかめ 生姜	ごはん 油 砂糖 パン粉 小麦粉 マヨネーズ	ふりかけ
5	木	お弁当の日				
6	金	ごはん 白身魚の甘酢あん 茄子の揚げびたし もやしの中華和え ポテトフライ	ホキ	玉ねぎ 人参 ピーマン 竹の子 茄子 かぼちゃ もやし きゅうり きくらげ	ごはん 油 砂糖 じゃがいも	ふりかけ
9	月	振替休日				
10	火	ごはん 親子煮 三色浸し 浅漬け ウィンナー	鶏肉 卵 ウィンナー	玉ねぎ 干しいたけ 三つ葉 ほうれん草 人参 えのき 白菜 きゅうり 生姜	油 砂糖 ごはん	ふりかけ
11	水	ごはん カレイのから揚げ 茄子の味噌炒め 青菜浸し 玉子焼き	カレイ 卵	オクラ 茄子 しめじ 小松菜 えのき 人参 生姜	油 ごはん 小麦粉 砂糖	ふりかけ
12	木	お弁当の日				
13	金	ごはん 精進揚げ 茄子の油炒め 浅漬け ウィンナー	ウィンナー	茄子 しそ 玉ねぎ 人参 ピーマン かぼちゃ キャベツ きゅうり みょうが	油 ごはん 天ぷら粉 さつまいも	ふりかけ
		* 材料の入荷の都合により、メニューの変更のある事をご了承ください。		* かまぼこ・ハム・ベーコンには卵が含まれています。		