



# ★令和5年8月 予定献立表 ★

※仕入状況により、メニューを変更する場合があります。



		1日(火曜日)	2日(水曜日)	3日(木曜日)	4日(金曜日)	5日(土曜日)
朝食 昼食 夕食		ご飯 みそ汁 豚バラキャベツの塩炒め 海老ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 ガーリックチキン ブロッコリーツナマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 豚バラピーマン炒め 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー チキンポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー 菜の花とツナの玉子炒め
		ご飯 みそ汁 鶏肉ゴーヤー塩炒め 白身フライ タルタルソース からし菜おかか和え	ご飯 みそ汁 ホイコーロー カニカマ天ぷら 春雨中華イカ和え	ターメリックライス みそ汁 チキントマトピーナッツシチュー イカ野菜フライ ブロッコリーと人参のおかか和え	ご飯 みそ汁 フーチナー炒め チキンから揚げ 野菜和え物	フーチバーजूシー みそ汁 豚肉根菜煮 赤魚煮つけ ほうれん草胡麻和え
		ご飯 みそ汁 フーチャンプルー ほうれん草白和え カボチャコロッケ	ご飯 みそ汁 冬瓜鶏そぼろ煮 人参シリシリ 芋煮	ご飯 みそ汁 麻婆豆腐 チンゲン菜ツナ炒め ホタテフライ	ご飯 みそ汁 里芋鶏そぼろ煮 ササミチーズフライ 卵の花	ご飯 みそ汁 からし菜炒め 一口豚カツ きのこサラダ

	6日(日曜日)	7日(月曜日)	8日(火曜日)	9日(水曜日)	10日(木曜日)	11日(金曜日)	12日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	玉子サンドウィッチ オニオンスープ チキンとほうれん草のクリーム煮 トマトスパゲッティ	ご飯 みそ汁 豚バラ生姜焼 玉子マカロニサラダ	ご飯 みそ汁 オクラの肉味噌炒め スモークチキンマカロニサラダ	ターメリックライス みそ汁 チキンと豆のトマト煮 ブロッコリーベーコンポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚バラと白菜の中華煮 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 ニラ豆腐コンビーフ炒め ふわとろツナねぎ玉子炒め	ご飯 みそ汁 ポーク野菜玉子とじ かぼちゃ肉そぼろ煮
	ご飯 みそ汁 鶏肉大根煮 イカ天ぷら キャベツと人参のしらす和え	ご飯 みそ汁 鶏ムネから揚げ南蛮 人参シリシリ ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 豚肉野菜炒め メンチカツ ツナゴーヤー和え	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー チーズチキンナゲット カニカマ胡瓜和え	ご飯 みそ汁 もずくの鶏そぼろ炒め 鯖から揚げ南蛮 卵の花	ターメリックライス みそ汁 レタスタコミート 白身魚から揚げ 甘酢あん ツナ菜の花和え	十穀米 みそ汁 豚バラ肉煮つけ イカブロッコリー炒め 卵の花
	ご飯 みそ汁 白菜ポーク煮 カボチャコロッケ インゲン胡麻和え	ご飯 みそ汁 豚すき煮 白身フライ 菜の花梅おかか和え	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 千切りイリチー かぼちゃ煮	ご飯 みそ汁 鶏肉がめ煮 赤魚煮つけ ほうれん草玉子炒め	ご飯 みそ汁 ねぎだくチキン ゴーヤーチャンプルー ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 クーブイリチー 鶏肉煮つけ ツナパプリカ炒め	ご飯 みそ汁 鶏肉豆腐煮 ハンバーグケチャップ煮 キャベツとコーンのコンソメ和え

	13日(日曜日)	14日(月曜日)	15日(火曜日)	16日(水曜日)	17日(木曜日)	18日(金曜日)	19日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯 みそ汁 チキンのコーンクリーム煮 ベーコンの洋風野菜サラダ	ご飯 みそ汁 豚バラパプリカ炒め ベーコンと玉子のマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 豚バラとブロッコリーの厚揚げ豆腐炒め カニ玉天津	ご飯 みそ汁 ねぎだくチキン 玉子ブロッコリーサラダ	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー チキンマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 炒り豆腐 アーサ玉子焼き
	ご飯 みそ汁 肉じゃが煮 鯖竜田揚げ ほうれん草白和え	ご飯 みそ汁 鶏肉とゴーヤー塩炒め イカすり身揚げ もずくしそ和え	ご飯 みそ汁 鶏大根煮 ササミチーズフライ ツナインゲン和え	ご飯 みそ汁 鶏むねから揚げ 小松菜ツナ炒め ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 八宝菜 カニカマ天ぷら 野菜和え物	ターメリックライス みそ汁 チキンカレー ミートコロッケ ほうれん草コーン炒め	フーチバーजूシー みそ汁 ナンコツソーキ煮つけ 千切りイリチー ほうれん草白和え
	ご飯 みそ汁 鶏肉冬瓜煮 野菜コロッケ ひじき煮	ご飯 みそ汁 海老豆腐 蒸ししゅうまい 人参シリシリ	ご飯 みそ汁 からし菜炒め ベーコンとミックスベジタブルソテー 芋煮	ご飯 みそ汁 根菜肉そぼろ煮 メンチカツ オクラ梅おかか和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー チーズチキンナゲット きんぴらごぼう	ご飯 みそ汁 麻婆茄子 揚げシューマイ 甘酢あん 小松菜としめじの煮浸し	ご飯 みそ汁 白菜鶏そぼろ煮 カボチャコロッケ 厚揚げ豆腐煮浸し

	20日(日曜日)	21日(月曜日)	22日(火曜日)	23日(水曜日)	24日(木曜日)	25日(金曜日)	26日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	玉子サンドウィッチ コーンクリームスープ ベーコンとトマトスパゲッティ 洋風野菜のチキンサラダ	ご飯 みそ汁 照り焼ジンジャーチキン ツナと野菜の玉子とじ	ご飯 みそ汁 鶏回鍋肉 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 チキンパンブキンシチュー 海老とブロッコリーの塩炒め	ご飯 みそ汁 ねぎだくチキン ツナゴーヤーチャンプルー	ご飯 みそ汁 鶏肉根菜煮 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 ほうれん草とコンビーフの玉子とじ チキンマカロニサラダ
	ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー ササミチーズフライ 春雨中華イカ和え	ご飯 みそ汁 鶏じゃが煮 イカとレタスの塩炒め もずくしそ和え	ご飯 みそ汁 豚バラニラ豆腐 揚げ魚の中華 甘酢あんかけ しめじと人参のナムル	ターメリックライス ねぎ卵白スープ 麻婆豆腐 鶏むねから揚げ トマトきのこサラダ	ご飯 みそ汁 もずく鶏そぼろ炒め カニカマ天ぷら ブロッコリーおかか和え	パセリご飯 みそ汁 チキンイエローカレー イカ野菜フライ ツナとカラフルゴーヤー和え	ご飯 みそ汁 豚肉生姜焼 鯖味噌煮 彩り野菜とカニカマ和え
	ご飯 みそ汁 野菜の酢鶏だんご炒め ホタテフライ さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 豚バラ大根煮 人参シリシリ炒め 卵の花	ご飯 みそ汁 からし菜炒め チーズチキンナゲット 野菜和え物	ご飯 みそ汁 鶏国がめ煮 千切りイリチー 大豆煮	ご飯 みそ汁 肉野菜炒め 白身魚フライ オクラとしめじの梅おかか和え	ご飯 みそ汁 メンチカツ 小松菜と人参のポーク炒め 厚揚げ豆腐煮浸し	ご飯 みそ汁 チキンクリーム煮 野菜コロッケ ブロッコリーとしめじのソテー

	27日(日曜日)	28日(月曜日)	29日(火曜日)	30日(水曜日)	31日(木曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー ソーメンチャンプルー	ご飯 みそ汁 豚バラ昆布炒め 出し巻き玉子 おろしポン酢	ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー 人参シリシリ炒め	ご飯 みそ汁 鶏ごぼう煮 ベーコンとブロッコリーのマカロニサラダ	ご飯 みそ汁 豆腐にらコンビーフ炒め 出し巻き玉子 おろしポン酢
	ご飯 みそ汁 フーチャンプルー 鶏むねから揚げ南蛮 ポテトサラダ	フーチバーजूシー みそ汁 豚バラ肉と千切り大根のうま煮 魚天ぷら チキアギとごぼうのきんぴら	十穀米 ソーメン汁 豚バラ生姜焼 カニカマ天ぷら カボチャ煮つけ	ジュージュー クーリジン汁 豚肉と野菜のうま煮 イカすり身揚げ 紅白なます	ご飯 みそ汁 茄子味噌煮 人参シリシリ炒め エビポテトサラダ
	ご飯 みそ汁 大根鶏そぼろ煮 ササミチーズフライ 菜の花和え	ご飯 みそ汁 クーブイリチー 豚肉人参炒め さつま芋マッシュ	ご飯 みそ汁 千切りイリチー 鶏肉照り煮 ほうれん草胡麻和え	ご飯 みそ汁 ゴーヤーチャンプルー カボチャコロッケ ひじき煮	ご飯 みそ汁 鶏肉チンゲン菜炒め 蒸しシューマイ ツナゴーヤー和え

