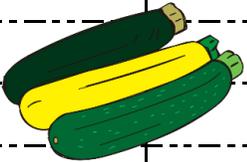


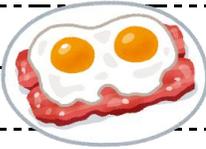
今週のメニュー

令和6年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/5	月	・スパニッシュオムレツ	・プルコギ	
		・☆ごぼうベーコン	・チヂミ	
		・ブロッコリーのサラダ	・キムチ	
		・味噌汁	・ワカメスープ	
		・ごはん	・ごはん	
8/6	火	・とろろそば	・白身魚のムニエル レモンバターソース	
		・ちくわの磯辺揚げ	・ラタトゥイユ	
		・青菜の辛子和え	・グリーンサラダ	
		・ミニしらす丼	・コンソメスープ	
			・ごはん	
8/7	水	・ツナの野菜炒め	・ポークソテー おろしソース	
		・がんもの煮物	・もやしときのこの炒め物	
		・焼のり	・いんげんとカニカマの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
8/8	木	・コロケパン	・ブリとなすの甘酢炒め	
		・ほうれん草とコーンのソテー	・冬瓜のそぼろ煮	
		・玉子サラダ	・オクラの梅和え	
		・ヨーグルト	・味噌汁	
			・ごはん	
8/9	金	・豚と大根の煮物	・手羽先と野菜のスープカレー	
		・しいたけのマヨチーズ焼き	・豆腐のサラダ	
		・漬物	・ごはん	
		・味噌汁	・フルーツゼリー	
		・ごはん		

今週のメニュー

令和6年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/12	月	・ミートボール	・アジの香味揚げ	
		・めかぶ納豆	・ピーマンの焼き浸し	
		・水菜と大根の和え物	・☆ひじきサラダ	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
8/13	火	・フレンチトースト	・チキンチャップ	
		・ポイルウインナー	・ジャーマンポテト	
		・キャベツサラダ	・豆苗のサラダ	
		・コンソメスープ	・味噌汁	
		・ヨーグルト	・ごはん	
8/14	水	・鶏そぼろ丼	・さわらの西京焼き	
		・かぼちゃの煮物	・筑前煮	
		・かぶの塩昆布和え	・もやしときゅうりの和え物	
		・味噌汁	・すまし汁	
			・ごはん	
8/15	木	・ベーコンエッグ	・ジャージャー麺	
		・パプリカソテー	・ザーサイ炒め	
		・レタスサラダ 	・ナムル	
		・味噌汁	・大根のスープ	
		・ごはん	・フルーツ	
8/16	金	・ほっけ焼き	・肉豆腐	
		・小松菜とハムのマヨ和え	・ブロッコリーとささみの炒め物	
		・漬物	・もずくとマト	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	

今週のメニュー

令和6年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/19	月	・スパゲッティ入りトマトスープ	・鶏の唐揚げ	
		・コンビサラダ	・切干大根の煮物	
		・食パン	・ポテトサラダ	
		・ヨーグルト	・味噌汁	
			・ごはん	
8/20	火	・厚揚げと野菜の煮物	・鮭の味噌マヨ和え	
		・小松菜のしらす和え	・鶏ごぼう煮	
		・漬物	・きゅうりとタコの酢の物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
8/21	水	・スクランブルエッグ	・トンテキ	
		・ズッキーニとエリンギのソテー	・なすの生姜炒め	
		・カニカマサラダ	・春雨サラダ	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
8/22	木	・ソーメンチャンプルー	・エビとブロッコリーの玉子炒め	
		・オクラの肉巻き	・ギョーザ	
		・キャベツの浅漬け	・冷奴 中華ダレ	
		・味噌汁	・中華スープ	
		・ごはん	・ごはん	
8/23	金	・いわしの生姜煮	・ビーフカレー	
		・もやしと豚バラの炒め物	・長芋フライ	
		・モロヘイヤのお浸し	・トマトサラダ	
		・味噌汁	・フルーツ	
		・ごはん		



今週のメニュー

令和6年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/26	月	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の照り焼き ・かぶとさつまあげの煮物 ・ほうれん草のなめたけ和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・白身魚のフライ ・白和え ・冬瓜の冷やし鉢 ・味噌汁 ・ごはん 	
8/27	火	<ul style="list-style-type: none"> ・梅わかめうどん ・卵の巾着煮 ・もやしの酢の物 ・おにぎり 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハンバーグ トマトソース ・キャベツと桜えびのガーリックソテー ・かぼちゃサラダ ・コーンスープ ・ごはん 	
8/28	水	<ul style="list-style-type: none"> ・サバの塩焼き ・豚と水菜のポン酢炒め ・人参のごま和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏とたけのこの炒め物 ・切昆布の煮物 ・きゅうりと長芋の和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
8/29	木	<ul style="list-style-type: none"> ・แฮมチーズサンド ・枝豆とコーンのソテー ・ツナサラダ ・コンソメスープ ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・カジキのきのこあんかけ ・肉じゃが ・焼きなす ・味噌汁 ・ごはん 	
8/30	金	<ul style="list-style-type: none"> ・豚とごぼうの柳川風煮 ・小松菜のおかか和え ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・夏野菜のポトフ ・エビカツ ・わかめサラダ ・カレーピラフ ・ヨーグルト 	