

# 献立表 普通食

2020年 8月の献立

社会福祉法人みやび

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
										1	
										牛乳	牛乳
										ピラフ	七分つき米 鶏もも肉 ミックスベジタブル(冷凍) たまねぎ 油 塩 鶏がらスープ
										コーンサラダ	コーン缶 キャベツ にんじん 油 酢 塩 きび砂糖
										チーズ	チーズ
										牛乳	牛乳
										せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
3		4		5		6		7	精進料理	8	
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
鮭のカレーパン粉焼き	さけ 塩 パン粉 カレー粉	鶏じゃが	鶏もも肉 ジャがいも たまねぎ にんじん しらたき さやえんどう 油 しょうゆ みりん きび砂糖 酒	カレーおろし煮	かだい しょうが 酒 だいこん かつおだし しょうゆ みりん	マーボーなす	なす 油 木綿豆腐 豚ひき肉 しょうが ねぎ ごま油 水 みそ しょうゆ 酒 きび砂糖 片栗粉	高野豆腐の煮物	高野豆腐 だいず水煮缶詰 だいこん にんじん 干しいたけ しょうゆ きび砂糖 昆布だし汁	中華あんかけ丼	七分つき米 豚肉 にんじん たまねぎ はくさい ししいたけ ビーマン しょうゆ きび砂糖 塩 片栗粉 ごま油
大根と水菜のサラダ	だいこん 水菜 にんじん ツナ水煮缶 マヨドレ	ひじきのさつぱり和え	ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 きび砂糖	白菜の磯あえ	はくさい にんじん 焼きのり しょうゆ	ほうれん草のナムル	ほうれん草 にんじん ごま しょうゆ 塩 ごま油	キャベツのごま酢あえ	キャベツ にんじん すりごま 酢 砂糖 塩	きのこのスープ	えのきたけ にんじん しめじ 鶏がらスープ しょうゆ
にゅうめん汁	干しとうもろこし こまつな たまねぎ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん	たまねぎのみそ汁	たまねぎ にんじん カットわかめ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ たまねぎ しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	はるさめスープ	はるさめ たまねぎ コーン缶 カットわかめ 水 鶏がらスープ 塩	豆腐のみそ汁	木綿豆腐 こまつな ごぼう 昆布だし汁 みそ	チーズ	チーズ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	番茶(濃出演)	お茶	番茶(濃出演)	牛乳	牛乳
ゆでとうもろこし・せんべい	とうもろこし 塩せんべい	オレンジゼリー	オレンジジュース きび砂糖 粉かんでん みかん缶	トマトジャムサンド	食パン トマト きび砂糖 レモン果汁	すいか・クッキー	すいか クッキー	おはぎ	七分つき米 もち米 きな粉 きび砂糖 あずき(ゆで)	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
10		11		12		13		14		15	
		御飯	七分つき米	とうもろこしご飯	七分つき米 コーン缶 油 しょうゆ						
		さわらの西京焼き	さわら みそ きび砂糖 みりん 酒 油	鶏ささ身の甘酢あんかけ	鶏ささ身 酒 塩 こしょう 片栗粉 きび砂糖 油 たまねぎ チンゲンサイ にんじん ごま油 水 酢 しょうゆ 塩 片栗粉 きび砂糖						
		キャベツのおかか和え	キャベツ きゅうり にんじん かつお節 しょうゆ	だいこんのみそ汁	だいこん にんじん えのきたけ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ						
		ほうれん草のすまし汁	ほうれん草 たまねぎ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ	ぶどう	ぶどう						
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	番茶(濃出演)	お茶	番茶(濃出演)	お茶	番茶(濃出演)
		大豆のクッキー	だいず水煮缶詰 小麦粉 きな粉 ベーキングパウダー きび砂糖 油	マシュマロリッツサンド	クラッカー マシュマロ	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
17		18		19		20		21		22	
ツナカレー	七分つき米 ツナ水煮缶 ジャがいも たまねぎ にんじん 油 カレールウ	御飯	七分つき米	鶏肉のマーマレード焼き	鶏もも肉 きび砂糖 塩 しょうゆ マーマレード 片栗粉	まぐろのフライ	まぐろ 塩 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース クチャップ	ロールパン	ロールパン	牛乳	牛乳
ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー にんじん コーン缶 マヨドレ 酢	豚肉と青菜の炒め物	豚肉 こまつな にんじん たまねぎ しょうゆ みりん こしょう 油	五色サラダ	ツナ水煮缶 きゅうり にんじん だいこん コーン缶 酢 しょうゆ きび砂糖 オリーブ油	かぼちゃサラダ	かぼちゃ にんじん きゅうり マヨドレ	クリームシチュー	鶏もも肉 にんじん たまねぎ ジャがいも シチュールウ 豆乳 水 コンソメ 塩 油	豚すき丼	七分つき米 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ ツ ねぎ しょうゆ きび砂糖 塩 油
ゼリー	ゼリー	ピーマンの塩昆布あえ	ピーマン 黄ピーマン にんじん 塩こんぶ	具だくさんみそ汁	木綿豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	こまつなのみそ汁	こまつな たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	ブロッコリーと人参のおかか和え	ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ	野菜スープ	しめじ たまねぎ にんじん 鶏がらスープ しょうゆ
飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	さつまいものみそ汁	さつまいも たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	お茶	番茶(濃出演)	牛乳	牛乳	オレンジ	オレンジ	チーズ	チーズ
せんべい・小魚	塩せんべい いわし(丸干し) 水	おからスコーン	ホットケーキ粉 おから 豆乳 オリーブ油 いらごジャム きび砂糖	ヨーグルト・バナナ	ヨーグルト(加糖) バナナ	ナポリタン	スパゲティ Weiner たまねぎ にんじん クチャップ 水 コンソメ	手作りふりかけおにぎり	七分つき米 いわし(丸干し) あおのり ゆかり	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
クッキー(乳児ウエハース)	クッキー ウエハース							おやつ昆布(3~5歳)	こんぶ		
24		25	お楽しみメニュー	26		27		28		29	
御飯	七分つき米	夏のスタミナ丼	夏のスタミナ丼	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳
鮭の包み焼き	さけ 酒 塩 たまねぎ 赤ピーマン えのきたけ 油 しょうゆ レモン果汁	ほうれん草の中華和え	ほうれん草 コーン缶 にんじん ごま しょうゆ 塩 ごま油	鶏すき	鶏もも肉 焼き豆腐 しらたき ねぎ たまねぎ キャベツ 油 しょうゆ みりん きび砂糖	さんまの蒲焼き	さんま みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 片栗粉 油	血うどん	焼きそばめん 豚肉 たまねぎ にんじん ししいたけ 水 鶏がらスープ きび砂糖 酒 しょうゆ みりん 片栗粉	チキンライス	七分つき米 鶏もも肉 たまねぎ ミックスベジタブル(冷凍) コーン缶 塩 クチャップ
小松菜のごましょうゆあえ	こまつな キャベツ にんじん ごま しょうゆ	わかめスープ	カットわかめ たまねぎ にんじん 水 鶏がらスープ 塩	おくらのお浸し	おくら にんじん かつお節 しょうゆ	ひじきと枝豆の煮物	ひじき えだまめ にんじん 油揚げ 油 かつおだし汁 しょうゆ みりん きび砂糖	ピーマンのツナあえ	ピーマン にんじん ツナ水煮缶 すりごま きび砂糖 しょうゆ 酢	野菜スープ	たまねぎ ジャがいも にんじん 鶏がらスープ
切り干し大根のみそ汁	切り干しだいこん にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	ゼリー	ゼリー	じゃがいものみそ汁	ジャがいも にんじん たまねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	野菜のみそ汁	かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	中華スープ	チンゲンサイ ジャがいも たまねぎ 水 鶏がらスープ 塩	チーズ	チーズ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	お茶	番茶(濃出演)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
きな粉マカロニ	マカロニ きな粉 きび砂糖 塩	さつまいもケーキ	ホットケーキ粉 さつまいも 豆乳 きび砂糖 オリーブ油 ホイップクリーム	コーンフレーク	コーンフレーク 牛乳 干しぶどう	ミルクパン	ミルクパン	みたらし団子	七分つき米 もち米 しょうゆ きび砂糖 水 片栗粉	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー
31											
御飯	七分つき米										
カレーの煮付け	かだい しょうが しょうゆ きび砂糖 酒 みりん										
ブロッコリーの和え物	ブロッコリー にんじん しょうゆ										
キャベツのみそ汁	キャベツ たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ										
お茶	番茶(濃出演)										
菜っ葉おにぎり	七分つき米 菜飯										

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。