

令和4年 8月 献立予定表

すくすく



1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6(土)	7(日)
わかめご飯 焼魚 マカロニサラダ いんげんごま和え みそ汁 326kcal みかんヨーグルト	ご飯 豚肉とレンコンの甘辛炒め コーンサラダ 切干大根の納豆和え みそ汁 376kcal お菓子	ご飯 肉豆腐 花野菜サラダ みそ汁 381kcal 野菜のホットケーキ	パン ポトフ ツナサラダ 揚げ物 348kcal バナナ	ご飯 スタミナ焼き肉 ほうれん草サラダ スープ 318kcal プリン		
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金) 季節のメニュー	13(土)	14(日)
ぶっかけうどん ひじきと豆のサラダ 厚揚げの酢豚風 309kcal フライドポテト	食パン 白身魚フライタルタルソース イタリアンサラダ フルーツインゼリー スープ 309kcal キャベツと人参のおにぎり	ご飯 たらのはちみつ味噌漬け焼き 切干大根とハムのごまマヨサラダ みそ汁 310kcal ヨーグルト	山の日		夏野菜カレー 海藻サラダ すいか スープ 350kcal お菓子	
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20(土)	21(日)
ご飯 メンチカツとハムカツ キャベツのフレンチサラダ みそ汁 315kcal ゼリー	ご飯 麻婆豆腐 もやしとハムの中華サラダ スープ 322kcal クッキー	ご飯 煮魚 トマトと玉ねぎのサラダ ふりかけ みそ汁 324kcal ベジたべる	もやし味噌ラーメン 中華サラダ しゅうまい 324kcal お菓子	ご飯 魚の南蛮漬け アスパラサラダ みそ汁 363kcal かっぱえびせん		
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27(土)	28(日)
ご飯 焼き野菜のスープカレー ビーンズサラダ みかんヨーグルト 269kcal きなこ蒸しパン	ご飯 こっくり豚玉 大根サラダ みそ汁 343kcal 水ようかん	パン 豚肉となすのトマト煮 水菜のサラダ さつま芋甘煮 スープ 318kcal わかめおにぎり	ご飯 チキンの青じそソテー コールスローサラダ スープ 322kcal カステラと牛乳	肉みそうどん 青菜ごまポン酢和え ウインナーともやしのカレー炒め 339kcal ふかし芋		
29 (月)	30 (火)	31 (水)				
ご飯 鶏の唐揚げ ブロッコリーサラダ みそ汁 331kcal フルーツ缶	しょう油ラーメン 野菜ナムル 春巻き 279kcal ジャムサンド	ご飯 たぬき丼の具 和風サラダ ほうれん草と人参の白和え みそ汁 322kcal お菓子				

※ 材料の都合により献立の変更もあります。

※ アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・カニなど)で禁止品目がございましたら、申し出てください。

