

8月

夕間食はおにぎりです。

| 日 | 曜 | お昼の献立                                  | お昼の使用材料                                                                                                                                          | 午前おやつ<br>午後おやつ   | おやつの使用材料                           |
|---|---|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------|
| 1 | 土 | ハヤシライス<br>清汁<br>フルーツ                   | ご飯 ○牛肉 □人参 □いんげん □玉葱 □しめじ ハヤシルウ<br>○豆腐 □大根 □チンゲンサイ □南瓜 □人参 □わかめ だしの素<br>薄口しょうゆ みりん<br>□りんご                                                       | お菓子              | お菓子                                |
| 3 | 月 | ご飯<br>豆腐ハンバーグ<br>もやしサラダ<br>清汁          | ご飯<br>○合挽肉 ○豆腐 □ひじき □玉葱 パン粉 ○卵 ○牛乳 デミグラスソース<br>コンソメ<br>○ハム □もやし □人参 □玉葱 □コーン □胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢<br>○薄揚げ □しめじ □ほうれんそう □南瓜 □人参 □大根 だしの素<br>薄口しょうゆ みりん | 牛乳<br>きなこのホットケーキ | ○牛乳<br>ホットケーキミックス ○卵 ○牛乳 ○きな粉 サラダ油 |
| 4 | 火 | パン<br>鶏のパン粉焼き<br>マカロニサラダ<br>カレースープ     | 丸ロール<br>○鶏肉 薄力粉 ○卵 パン粉 トマトケチャップ ウスターソース<br>○ハム マカロニ □玉葱 □人参 □胡瓜 □コーン マヨネーズ<br>○薄揚げ □人参 □玉葱 じゃがいも □なす □キャベツ カレールウ ○牛乳                             | 牛乳<br>お菓子        | ○牛乳<br>お菓子                         |
| 5 | 水 | ご飯<br>鯖の竜田揚げ<br>チンゲン菜の炒め物<br>味噌汁       | ご飯<br>○鯖 濃口しょうゆ 酒 しょうが 片栗粉 揚げ油<br>○豚肉 □チンゲンサイ □人参 □コーン □玉葱 春雨 濃口しょうゆ 砂糖<br>□大根 □人参 □南瓜 □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌                                      | 牛乳<br>ふのラスク      | ○牛乳<br>ふ バター 砂糖                    |
| 6 | 木 | ピラフ<br>じゃが芋ときのこのソテー<br>コンソメスープ<br>フルーツ | ご飯 ○鶏挽肉 □しめじ □人参 □玉葱 □コーン コンソメ 濃口しょうゆ<br>○ベーコン じゃがいも □玉葱 □エリンギ □人参 □葱 バター コンソメ<br>□大根 □しめじ □ほうれんそう □人参 □キャベツ □ごぼう コンソメ<br>□メロン                   | 牛乳<br>ねじねじあんこパイ  | ○牛乳<br>パイシート ○こしあん                 |
| 7 | 金 | ご飯<br>鮭のきのこあんかけ<br>白菜と厚揚げの煮物<br>清汁     | ご飯<br>○鮭 □しめじ □えのき □葱 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 揚げ油<br>○鶏肉 ○絹厚揚げ □白菜 □人参 □玉葱 □葱 だしの素 濃口しょうゆ<br>みりん<br>○豆腐 □チンゲンサイ □南瓜 □ごぼう □人参 □大根 だしの素<br>薄口しょうゆ みりん       | クロレラ<br>バタークッキー  | ○クロレラ<br>薄力粉 バター 砂糖 ○卵             |
| 8 | 土 | ジャージャー麺<br>金平ごぼう<br>フルーツ               | 中華麺 ○豚肉 □玉葱 □人参 □チンゲンサイ □もやし ウェイパー 赤味噌<br>○牛肉 □ごぼう □エリンギ □人参 □いんげん だしの素 濃口しょうゆ<br>みりん<br>□すいか                                                    | お菓子              | お菓子                                |

○：赤    黄 □：緑    ：除去対象食品

8月

夕間食はおにぎりです。

| 日  | 曜 | お昼の献立                              | お昼の使用材料                                                                                                                     | 午前おやつ<br>午後おやつ              | おやつの使用材料                                        |
|----|---|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------|
| 10 | 月 | ご飯<br>カレイの照り焼き<br>ささみサラダ<br><br>豚汁 | ご飯<br>○カレイ 濃口しょうゆ みりん<br>○ささみ □人参 □胡瓜 □コーン □もやし □玉葱 ごま油 濃口しょうゆ<br>砂糖<br>○豚肉 □大根 □ごぼう さつまいも □白菜 □人参 だしの素 味噌                  | <br><br><br>牛乳<br>お菓子       | <br><br><br>○牛乳<br>お菓子                          |
| 12 | 水 | カレーライス<br>清汁<br><br>フルーツ           | ご飯 ○牛肉 □人参 □玉葱 じゃがいも カレールウ<br>○薄揚げ □大根 □チンゲンサイ □南瓜 □人参 □わかめ だしの素<br>薄口しょうゆ みりん<br>□りんご                                      | <br><br><br>牛乳<br>お菓子       | <br><br><br>○牛乳<br>お菓子                          |
| 13 | 木 | 麻婆豆腐丼<br>大根スープ<br>フルーツ             | ご飯 ○豚挽肉 ○豆腐 □玉葱 □人参 □葱 味噌 鶏ガラスープの素 砂糖<br>○豚肉 □大根 □人参 □玉葱 □もやし □チンゲンサイ ウェイパー<br>□オレンジ □みかん缶                                  | <br><br><br>牛乳<br>フルーチェ     | <br><br><br>○牛乳<br>フルーチェの素 ○牛乳                  |
| 14 | 金 | ちゃんぽん麺<br>ひじきのかわり煮<br>フルーツ         | 中華麺 ○豚肉 □人参 □玉葱 □キャベツ ウェイパー 濃口しょうゆ<br>□ひじき ○ツナ □人参 □玉葱 □大根 □いんげん コンソメ 砂糖<br>□バナナ                                            | <br><br><br>牛乳<br>お菓子       | <br><br><br>○牛乳<br>お菓子                          |
| 15 | 土 | 親子丼<br><br>味噌汁<br>フルーツ             | ご飯 ○鶏肉 □人参 □玉葱 □しめじ ○卵 □葱 だしの素 濃口しょうゆ<br>みりん<br>□大根 □人参 □しめじ □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌<br>□りんご                                   | <br><br><br>お菓子             | <br><br><br>お菓子                                 |
| 17 | 月 | ご飯<br>鶏の甘酢あんかけ<br>大根サラダ<br>かき玉スープ  | ご飯<br>○鶏肉 □玉葱 □人参 濃口しょうゆ 砂糖 酢 片栗粉 揚げ油<br>○ツナ □大根 □人参 □コーン □胡瓜 □キャベツ マヨネーズ<br>○豆腐 □人参 □ほうれんそう □ごぼう □しめじ じゃがいも ○卵<br>ウェイパー    | <br><br><br>牛乳<br>かぼちゃのスコーン | <br><br><br>○牛乳<br>薄力粉 砂糖 ベーキングパウダー ○牛乳 □南瓜 バター |
| 18 | 火 | ご飯<br>鮭のかわり焼き<br><br>春雨カレー<br>豚汁   | ご飯<br>○鮭 薄力粉 ○卵 パン粉 ○粉チーズ パセリ トマトケチャップ<br>ウスターソース<br>春雨 □コーン □人参 □玉葱 □胡瓜 ○ツナ カレー粉 めんつゆ<br>○豚肉 □わかめ □大根 □ごぼう □白菜 □人参 だしの素 味噌 | <br><br><br>牛乳<br>スイートポテト   | <br><br><br>○牛乳<br>○卵 さつまいも 砂糖 バター ○牛乳          |

○：赤    黄 □：緑    ：除去対象食品

8月

夕間食はおにぎりです。

| 日  | 曜 | お昼の献立                                   | お昼の使用材料                                                                                                                                              | 午前おやつ<br>午後おやつ   | おやつの使用材料                                      |
|----|---|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------|
| 19 | 水 | ご飯<br>ローストチキン<br>ポークビーンズ<br><br>コンソメスープ | ご飯<br>○鶏肉 □玉葱 濃口しょうゆ みりん<br>○豚肉 ○大豆 □人参 □玉葱 さつまいも □いんげん □ホールトマト<br>コンソメ 砂糖<br>□大根 □人参 □しめじ じゃがいも □キャベツ □ごぼう コンソメ                                     | 牛乳<br>お菓子        | ○牛乳<br>お菓子                                    |
| 20 | 木 | ご飯<br>コロッケ<br>和風サラダ<br><br>かき玉汁         | ご飯<br>○合挽肉 じゃがいも さつまいも □玉葱 □コーン 薄力粉 ○卵 パン粉<br>○牛乳 トマトケチャップ 揚げ油<br>○ツナ □人参 □キャベツ □胡瓜 □ひじき □コーン ごま油 濃口しょうゆ<br>砂糖<br>□人参 □大根 □わかめ □南瓜 □ごぼう □しめじ ○卵 だしの素 | 牛乳<br>ミニメロンパン    | ○牛乳<br>ミニメロンパン                                |
| 21 | 金 | ご飯<br>てりたまつくね<br>和風スパゲッティ<br><br>味噌汁    | ご飯<br>○豚挽肉 □玉葱 ○卵 パン粉 ○牛乳 濃口しょうゆ みりん マヨネーズ<br>○ツナ □玉葱 □しめじ □ほうれんそう □人参 □葱 スパゲッティ<br>濃口しょうゆ みりん<br>○豆腐 □大根 □人参 □しめじ □白菜 さつまいも だしの素 味噌                 | クロレラ<br>お菓子      | ○クロレラ<br>お菓子                                  |
| 22 | 土 | 中華丼<br><br>大根スープ<br>フルーツ                | ご飯 ○豚肉 □玉葱 □人参 □筍 □白菜 □椎茸 ウェイパー 濃口しょうゆ<br>砂糖<br>□大根 □人参 じゃがいも □玉葱 □チンゲンサイ □もやし ウェイパー<br>□りんご                                                         | お菓子              | お菓子                                           |
| 24 | 月 | ご飯<br>鯖の幽庵焼き<br>肉じゃが<br><br>豚汁          | ご飯<br>○鯖 味ばん 砂糖<br>○牛肉 □玉葱 □人参 じゃがいも 糸こんにゃく □葱 だしの素<br>濃口しょうゆ みりん<br>○豚肉 □わかめ □大根 □ごぼう □白菜 □人参 だしの素 味噌                                               | 牛乳<br>チーズケーキ     | ○牛乳<br>○クリームチーズ 砂糖 ○卵 薄力粉 コーンスターチ<br>○サワークリーム |
| 25 | 火 | パン<br>タンドリーチキン<br>ツナサラダ<br>コーンチャウダー     | ワッサンデニッシュ<br>○鶏肉 ○ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ<br>○ツナ □キャベツ □コーン □胡瓜 □人参 □玉葱 めんつゆ<br>○ウインナー □キャベツ □人参 じゃがいも □しめじ □なす<br>□クリームコーン ○牛乳 コンソメ                       | 牛乳<br>おなかチーズおにぎり | ○牛乳<br>ご飯 ○かつお節 ○チーズ □葱 濃口しょうゆ みりん ごま油        |
| 26 | 水 | ご飯<br>カレイの甘辛揚げ<br>すき焼き風煮<br><br>清汁      | ご飯<br>○カレイ □玉葱 □葱 濃口しょうゆ みりん 砂糖 片栗粉 揚げ油<br>○牛挽肉 □玉葱 □ごぼう □人参 糸こんにゃく □エリンギ □葱<br>濃口しょうゆ 砂糖<br>○豆腐 □大根 □チンゲンサイ □南瓜 □人参 □わかめ だしの素<br>薄口しょうゆ みりん         | 牛乳<br>お菓子        | ○牛乳<br>お菓子                                    |

○：赤   ：黄 □：緑   ：除去対象食品

8月

夕間食はおにぎりです。

| 日  | 曜 | お昼の献立                                          | お昼の使用材料                                                                                                                                      | 午前おやつ<br>午後おやつ | おやつの使用材料 |
|----|---|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------|
| 27 | 木 | 鮭わかめご飯<br>スクエアバーグ<br>ポテトサラダ<br>コンソメスープ<br>フルーツ | ご飯 鮭わかめふりかけ<br>○合挽肉 □コーン □人参 ○卵 ○チーズ パン粉 ○牛乳 トマトケチャップ<br>ウスターソース<br>○ハム じゃがいも □人参 □胡瓜 □玉葱 マヨネーズ<br>□大根 □わかめ □しめじ □人参 □キャベツ □ごぼう コンソメ<br>□バナナ |                |          |
| 28 | 金 | ご飯<br>豚の生姜焼き<br>ほうれん草の炒り煮<br>味噌汁               | ご飯<br>○豚肉 □玉葱 □人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒<br>○ベーコン □人参 □しめじ □コーン □ほうれんそう ○卵 濃口しょうゆ<br>砂糖<br>○豆腐 □大根 □人参 □しめじ □白菜 □南瓜 だしの素 味噌                           |                |          |
| 29 | 土 | 味噌ラーメン<br>ごぼうサラダ<br>フルーツ                       | 中華麺 ○焼豚 □人参 □玉葱 □チンゲンサイ □わかめ ウェイパー 味噌<br>○ツナ ○ハム □人参 □ごぼう □コーン マヨネーズ<br>□バナナ                                                                 |                |          |
| 31 | 月 | ご飯<br>タラのフライ<br>根菜炒め<br>清汁                     | ご飯<br>○タラ 薄力粉 ○卵 パン粉 揚げ油 トマトケチャップ 砂糖<br>ウスターソース<br>○牛挽肉 □人参 □れんこん □ごぼう □コーン □いんげん 濃口しょうゆ<br>砂糖<br>○薄揚げ □大根 □チンゲンサイ □南瓜 □人参 □わかめ だしの素         |                |          |
|    |   |                                                |                                                                                                                                              |                |          |
|    |   |                                                |                                                                                                                                              |                |          |
|    |   |                                                |                                                                                                                                              |                |          |
|    |   |                                                |                                                                                                                                              |                |          |

○：赤    黄 □：緑    ：除去対象食品