

平成29年 8月の献立

	月 14・28日	火 1・15・29日	水 2・16・30日	木 3・17・31日	金 4・18日	土 5・19日
献立	筑前煮 高野豆腐の卵とじ 茄子の味噌汁	胡瓜の香り炒め 茄子とひろうすの煮物 のっぺい汁	シーフードカレー 切干大根のサラダ	鶏肉のトマト煮 野菜豆の含め煮 モロヘイヤの味噌汁	ミートローフ ほうれん草の胡麻和え 豆腐の味噌汁	冷やしうどん
材料	鶏もも肉 高野豆腐 人参 里芋 人参 卵 レンコン グリンピース ゴボウ 竹輪 鰹だし 板こんにゃく 砂糖 さやいんげん 醤油 鰹だし 茄子 玉葱 ゴマ油 油揚げ 鰹だし 味噌	胡瓜 白葱 茄子 生姜 豚バラ肉 ひろうす ザーサイ 鰹だし ニンニク 砂糖 醤油 干し海老 生姜 塩 里芋 大根 醤油 酒 豆腐 人参 砂糖 油揚げ 塩 ゴマ油 生椎茸 醤油 鰹だし みりん	玉葱 人参 じゃが芋 むき海老 イカ カレールー 牛乳 切干大根 胡瓜 ツナ缶 かにかまぼこ マヨネーズ	マカロニ 大豆 大根 鶏もも肉 人参 牛蒡 玉葱 平こんにゃく 人参 竹輪 鰹だし トマト缶 砂糖 醤油 ケチャップ コンソメ モロヘイヤ 塩 胡椒 玉葱 味噌 コンソメ 油揚げ 片栗粉 鰹だし	(4日は麺の日です) 合いびき肉 ほうれん草 (牛・豚) 人参 もやし 玉葱 人参 すりゴマ コーン 砂糖 醤油 グリンピース パン粉 卵 豆腐 青葱 牛乳 砂糖 わかめ ケチャップ えのき茸 とんかつソース 鰹だし ウスターソース 味噌	茹でうどん 干し椎茸 油揚げ 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 塩 砂糖
おやつ	きな粉マカロニ 牛乳 きな粉 塩 砂糖 マカロニ	コーンマヨトースト 牛乳 コーン缶 マヨネーズ 食パン	2, 30日 スイカ・枝豆 16日わらび餅(砂糖, 塩, き な粉, わらび餅粉) ヤクルト	みたらし団子 牛乳 白玉粉 黒砂糖 醤油	お好み焼き 牛乳(お好み 焼き粉 桜えび キャベツ 竹輪 青のり ソース 油)	パン 牛乳
	月 7・21日	火 8・22日	水 9・23日	木 10・24日	金 25日	土 12・26日
献立	鯖の塩焼き 南瓜の含め煮 豚汁	鶏の照り焼き 小松菜のさっと煮 冬瓜のすまし汁	クリームシチュー ほうれん草のコーン炒め	鮭のムニエル ポテトサラダ/ブロッコリー わかめのコンソメスープ	ゴーヤチャンプルー ひじきと大豆の含め煮 小松菜の味噌汁	焼きそば
材料	鯖 豚肉 塩 白菜 ゴボウ 人参 もやし 南瓜 つき蒟蒻 鰹だし 豆腐 砂糖 鰹だし 醤油 味噌	鶏もも肉 小松菜 生姜 人参 にんにく 油揚げ 醤油 鰹だし みりん 砂糖 醤油 冬瓜 油揚げ えのき茸 わかめ 生姜 鰹だし 醤油 みりん 塩	じゃが芋 玉葱 豚肉 人参 ホワイトルウ 牛乳 塩 胡椒 ほうれん草 コーン ベーコン 塩 胡椒 醤油	鮭 塩 じゃが芋 胡椒 ハム 人参 小麦粉 玉葱 胡瓜 バター 塩 胡椒 レモン汁 マヨネーズ わかめ 青葱 ブロッコリー もやし コンソメ	豆腐 牛肉 小松菜 ゴーヤ 玉葱 玉葱 卵 油揚げ 塩 胡椒 しめじ 醤油 油 鰹だし 味噌 ひじき 大豆 人参 油揚げ 板こんにゃく 鰹だし 醤油 砂糖	中華麺 豚肉 人参 キャベツ 玉葱 もやし 塩 胡椒 鰹だし かつお節 青のり ケチャップ ウスターソース とんかつソース
おやつ	ジャムサンド 牛乳 食パン 苺ジャム	とうもろこし&小魚 牛乳 とうもろこし 小魚 酒 砂糖 醤油 ゴマ	9日 フルーツゼリー(寒天, ゼラチン, オレンジジュース, みかん缶, パイン缶) 23日ヨーグルト ヤクルト	ホットケーキ 牛乳 ホットケーキミックス 水 メープルシロップ	もちもちチーズ 牛乳 白玉粉 豆腐 小麦粉 ベーキングパウダー 粉チーズ 塩 油	パン 牛乳

