

8 月 予 定 献 立

					1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝 食					ご飯 卵とじ 小松菜のお浸し みそ汁(しめじ・大根葉) 牛乳	キャロットロール チキンボールのケチャップソテー 青梗菜のサラダ ママレードジャム 牛乳	ご飯 野菜炒め 卵サラダ みそ汁(畑菜・揚げ) 牛乳
昼 食					土用の丑 うなぎちらし 炊き合わせ つぼ漬け お吸物(三つ葉・花魁) 抹茶ゼリー	ご飯 鶏肉のタルタル焼き 大根の炒め煮 中華サラダ 中華スープ(玉葱・きくらげ)	ご飯 赤魚の塩麴焼き 里芋のそぼろ煮 しろなのみぞれ和え みそ汁(若布・葱)
間 食					レモンケーキ	ドームケーキ(こしあん)	チョコパン
夕 食					麦ごはん 豚肉の生姜焼き なすの味噌田楽 畑菜のピーナツ和え パイン缶	ご飯 白身魚の揚げびたし かに焼売 もやしの和え物 茶福豆	ご飯 ホキのみりん焼き レバーと蓮根の旨煮 もやしのポン酢和え うぐいす豆

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

サンハイム荒川

8 月 予 定 献 立

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝 食	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(豆腐・大根葉) 牛乳	ご飯 キャベツとソーセージのソテー もやしのわさび和え みそ汁(玉葱・豆苗) 牛乳	わかめ雑炊 炒り豆腐 青菜の和え物 ゆずみそ 牛乳	ご飯 かにかま卵とし カリフラワーサラダ みそ汁(しろな・麩) 牛乳	ご飯 さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(玉葱・絹さや) 牛乳	食パン ポテトとツナのソテー マカロニサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 えびつみれと冬瓜の煮物 小松菜のおかか和え みそ汁(もやし・若布) 牛乳
昼 食	ご飯 あじの照りだれ焼き なすの炒め物 キュウリの塩昆布和え みそ汁(えのき・麩)	麦ごはん チキンカレー 大根サラダ 福神漬け パインムース	ご飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋の煮物 春雨サラダ お吸物(素麺・葱)	ご飯 白身魚のレモン蒸し あさりと冬瓜の煮物 かぼちゃのサラダ みそ汁(青梗菜・葱)	冷やしそば 夏野菜のかき揚げ 大根のそぼろ煮 マスカットゼリー	ご飯 豚肉の焼き肉風炒め しろなの煮浸し 春雨の中華和え みそ汁(豆腐・葱)	夏祭り 稲荷寿司 焼き鳥 フライドポテト 焼きそば たこ焼き
間 食	カステラまんじゅう	カスタードケーキ	マンゴープリン	もみじ饅頭	バームクーヘン	抹茶どら焼き	フルーツポンチ
夕 食	麦ごはん お好み焼き風卵焼き 株の煮物 野菜の甘酢漬け しば漬け	ご飯 カレーの煮付け 豚肉と蓮根の味噌炒め 二色和え うぐいす豆	麦ごはん さばの香味焼き レバーとごぼうの旨煮 オクラのおかか和え パイン缶	ご飯 鶏肉と厚揚げの煮物 かに焼売 白菜のナムル 黄桃缶	麦ごはん あじの生姜煮 もやしのソテー 畑菜の胡麻マヨ和え 胡瓜漬け	ご飯 千草焼き ひじきの煮物 青梗菜のお浸し 茶福豆	ご飯 めばるの葱醤油焼き ごぼうの甘辛炒め おくらのポン酢和え 黄桃缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

8 月 予 定 献 立

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝 食	ご飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 ウインナーと野菜のケチャップ炒め 白菜のお浸し みそ汁(大根・葱) 牛乳	ご飯 竹輪の甘辛煮 小松菜の磯和え みそ汁 みそ汁(麩・大根菜)	きのこ雑炊 豆腐のそぼろがけ ほうれん草のお浸し たいみそ 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ 青梗菜とツナの和え物 みそ汁(豆腐・しめじ) 牛乳	食パン チキンボールの煮物 白菜の胡麻醤油和え いちごジャム 牛乳	ご飯 五目がんもの煮物 小松菜のサラダ みそ汁(里芋・えのき) 牛乳
昼 食	三食井 じゃが芋の含め煮 キュウリの青じそ和え みそ汁(玉葱・大根菜)	ご飯 白身魚の香味蒸し 冬瓜のくず煮 さつま芋サラダ みそ汁(卵・にら)	ご飯 豚肉の梅みそ焼き なすの揚げびたし もずくと胡瓜の酢の物 お吸物(素麺・豆苗)	ご飯 さばの煮付け かぶの煮物 豆たっぶりサラダ みそ汁(さつま芋・絹さや)	ご飯 ポークカレー コールスローサラダ 福神漬け ピーチムース	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ かまぼことほうれん草の炒め物 マカロニのさっぱりサラダ コンソメスープ(冬瓜・若布)	ご飯 たらめの南蛮漬け 大豆とひじきの炒め物 オクラのおかか和え みそ汁(しろな・麩)
間 食	いちごロールケーキ	吹雪まんじゅう	チョコババロア	ドームケーキ	味噌饅頭	コーヒーゼリー	人形焼
夕 食	麦ごはん たらめのフライ ほうれん草のバターソテー 野菜サラダ メロンムース	ご飯 鶏肉の玉葱ソース 五目豆腐 コールスローサラダ きやらぶき	麦ごはん ホキの漬け焼き もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ 金時豆	ご飯 鶏肉の竜田揚げ れんこんきんぴら しろなのからしマヨ和え パイン缶	ご飯 カレイの照り焼き えびしゅうまい 中華和え うずら豆	麦ごはん 白身魚の味噌焼き 切干大根の炒め煮 きやべつの塩昆布和え マンゴー缶	ご飯 中華風卵焼き かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル ぶどうムース

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

サンハイム荒川

8 月 予 定 献 立

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝 食	ご飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナツ和え みそ汁(玉葱・若布) 牛乳	洋風粥 スクランブルエッグ ブロッコリーのマヨ和え たいみそ 牛乳	ご飯 ちくわのソテー 畑菜のわさび和え みそ汁(しめじ・大根葉) 牛乳	ご飯 卵とし ポテトサラダ みそ汁(しろな・麩) 牛乳	ご飯 野菜炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(さつま芋・大根葉) 牛乳	バターロール ミートボールの煮物 青菜の和え物 リンゴジャム 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろがけ なすの和風和え みそ汁(玉葱・えのき) 牛乳
昼 食	ご飯 豚肉の玉葱ソース さつま芋の甘煮 畑菜の和え物 みそ汁(卵・豆苗)	ご飯 白身魚の揚げびたし じゃが芋の煮物 白菜の和え物 お吸物(素麺・葱)	ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め 里芋の煮物 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(豆腐・若布)	麦ごはん カニクリームコロッケ・メンチカツ きざみ昆布の炒り煮 ブロッコリーサラダ みそ汁(玉葱・揚げ)	ご飯 赤魚の煮付け きんぴらごぼう 彩りサラダ みそ汁(厚揚げ・絹さや)	冷やし中華 焼餃子 白菜のゆず醤油和え ピーチゼリー	ご飯 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 青梗菜のナムル みそ汁(麩・葱)
間 食	黒糖きなこムース	炭酸饅頭	ドームケーキ(チョコ)	クリームパン	ずんだどら焼き	黒糖饅頭	モカロールケーキ
夕 食	ご飯 赤魚の山椒焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味 黄桃缶	麦ごはん 鶏肉の柚子醤油ソース なすの含め煮 小松菜の胡麻和え 茶福豆	ご飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜の生姜煮 青梗菜のおろしドレ 洋梨缶	ご飯 ほきのみりん焼き レバーと蓮根の旨煮 もやしのポン酢和え 胡瓜漬け	麦ごはん 豚肉のバター醤油ソテー 大根とさつま揚げの煮物 畑菜のおかか和え うずら豆	ご飯 ベーコンのキッシュ あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ 黄桃缶	麦ごはん さばの塩レモン焼き 竹輪と里芋の煮物 きゃべつの香味和え マンゴー缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

サンハイム荒川

8 月 予 定 献 立

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
朝 食	ご飯 卵ソテー 白菜のおかか和え みそ汁(冬瓜・揚げ) 牛乳	ご飯 納豆 大根とさつま揚げの炒め煮 みそ汁(うまい菜・麴) 牛乳	ご飯 つみれの煮物 マカロニサラダ みそ汁(白菜・絹さや) 牛乳	ホタテ風味雑炊 さつま揚げとかぶの煮物 おくらとろろ のりつく 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ いんげんのごまマヨ和え みそ汁(もやし・麴) 牛乳	食パン フィッシュソーセージソテー 青菜としらすの和え物 いちごジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 オクラのおかか和え みそ汁(大根・大根葉) 牛乳
昼 食	シーフードカレー サラダ豆のサラダ 福神漬け ジョア	ご飯 タンドリーチキン 茄子とピーマンの炒め物 もやしサラダ コンソメスープ(小松菜・人参)	ご飯 たらのムニエル 冬瓜のかにあんかけ カリフラワーサラダ みそ汁(厚揚げ・葱)	ご飯 麻婆豆腐 かにしゅうまい きゅうりと昆布の中華和え 中華スープ(春雨・きくらげ)	ご飯 白身魚の香味焼き ほうれん草と卵のソテー カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(冬瓜・豆苗)	ご飯 ミートローフ 小松菜のソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(若布・人参)	ご飯 赤魚のみりん焼き じゃが芋のそぼろ煮 しろなのからし和え みそ汁(揚げ・かぶ)
間 食	チョコクレープ	あんぱん	レアチーズムース	チョコパイ	味噌饅頭	青りんごゼリー	どら焼き
夕 食	ご飯 ポークチャップ カリフラワーソテー 野菜サラダ バナナムース	麦ごはん あじの漬け焼き かぶの洋風煮 しろなとえのきのポン酢マヨ きやらぶき	ご飯 親子煮 野菜ソテー キャベツの胡麻和え つぼ漬け	麦ごはん 白身魚のマスタード焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 なすのポン酢和え うぐいす豆	ご飯 チキンカツ じゃが芋のポトフ レタスサラダ みかん缶	麦ごはん かれいの煮付け れんこんきんぴら ブロッコリーサラダ パイン缶	ご飯 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 白菜ナムル 黄桃缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

サンハイム荒川