

# 8月の昼食メニュー

2018年

日	月	火	水	木	金	土
			1日 麦ご飯 卵スープ とり天 麻婆豆腐 春雨の酢の物 パインゼリー	2日 炊き込みご飯 味噌汁 カレイの煮つけ ゴーヤチャンプルー ミミガーピーナッツ和え 金時豆甘煮	3日 あわご飯 味噌汁 鶏つくね・焼き鳥 春雨ソテー 野菜の揚げ出し シークワーサーゼリー	4日 麦ご飯 味噌汁 串さし揚げ からしな炒め 山芋の酢の物 スイカ
5日	6日 麦ご飯 味噌汁 鮭フライ/タルタルソース 牛肉ピーマン炒め エビフリッター 甘酢漬け	7日 あわご飯 味噌汁 ミートローフ えん菜炒め マカロニサラダ 元氣ヨーグルト	8日 麦ご飯 沖縄そば 貝柱フライ 人参しりしりー 菜の花からし和え	9日 あわご飯 卵スープ 骨なしフライドチキン 八宝菜 わかめの酢の物 ブルーベリーゼリー	10日 麦ご飯 豚汁 赤魚の西京焼き 豆腐チャンプルー オクラ胡麻和え 焼きナス	11日 あわご飯 そうめん汁 さばの味噌煮 かんぴょう炒め さつまいものレモン煮
12日	13日 麦ご飯 味噌汁 焼ほつけ 肉じゃが ゴーヤ和え物 ヨーグルトサラダ	14日 芋ご飯 ゆし豆腐 豚肉生姜焼き パパイヤ炒め 煮びたし	15日 麦ご飯 アーサ汁 アジフライ ナスの味噌炒め 大根の酢の物	16日 あわご飯 味噌汁 煮しめ 小松菜炒め 元氣ヨーグルト	17日 麦ご飯 うどん汁 かきあげ ごぼうの鶏そぼろ オクラ胡麻和え	18日 あわご飯 味噌汁 魚のピカタ 野菜炒め 梅肉和え 冷奴
19日	20日 あわご飯 イナムルチ ナスのはさみ揚げ からしな炒め きのこの和え物 南瓜煮	21日 麦ご飯 味噌汁 サンマのかば焼き 筑前煮 山芋の酢の物	22日 あわご飯 かきたま汁 鶏の照り焼き とうがんそぼろ煮 マカロニサラダ 金時豆甘煮	23日 炊き込みご飯 アーサ汁 魚のシソ巻揚げ 千切りイリチー ほうれん草のお浸し	24日 あわご飯 みそ汁 魚の照り焼き 野菜チャンプルー 南瓜サラダ 牛肉コロッケ	25日 黒米ご飯 中身汁 天ぷら クーブイリチー ゴーヤの和え物 シークワーサーゼリー
26日	27日 麦ご飯 卵スープ ハンバーグ ほうれん草ソテー ポテトサラダ プリン	28日 ひじきご飯 味噌汁 鶏肉のピカタ 野菜炒め オクラ胡麻和え 豆腐のそぼろあんかけ	29日 あわご飯 レバー汁 白身魚フライ 人参しりしりー 和風サラダ えびコロくん	30日 麦ご飯 沖縄そば 鶏肉の野菜巻き スンシー炒め ほうれん草の胡麻和え	31日 麦ご飯 魚汁 豆腐の五目揚げ パパイヤ炒め ナムル Caリンゴゼリー	

材料その他の都合により献立を変更する場合があります