

♡ 今月のメニュー ♡

平成25年8月

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				ごはん ふりかけ(さけ) たけのこの煮物 ピーチジュース うす揚げのおみそ汁	朝 おいものクリーム ツナサラダ 牛乳	ごはん うめびしお かぼちゃの煮物 フルーツジュース 白菜のおみそ汁
				8/1 赤飯 豚肉のみそ生姜焼き さつま芋の田舎煮 黄桃 しめじのお吸いもの	8/2 昼 ごはん 白身魚のカレームニエル かぼちゃのソテー いちごゼリー コンソメスープ	8/3 昼 ごはん 豚じゃが煮ごま風味 焼き厚揚げ 青しその実漬け だいこんのおみそ汁
				タ ごはん スパニッシュオムレツ エビマリネ チンゲン菜のソテー 白菜のコンソメスープ	タ ごはん 高野豆腐の肉詰め煮 野菜のみそけんちん炒め 小松菜のわさび和え そうめんのお吸いもの	タ ごはん たらの唐揚げ五目あんかけ 人参の金平 青菜ののり和え はんぺんのお吸いもの
				朝 チーズハムロール チヨコチップメロンパン 元気ヨーグルト ビタミン野菜ジュース	朝 ホットマト野菜カレーパン チーズ蒸しパン 元気ヨーグルト ビタミン野菜ジュース	朝 あらびきウイナーデニッシュ りんりんりんご 元気ヨーグルト ビタミン野菜ジュース
8/4 昼 焼きカレーパン ママフィン ブルー鉄分ヨーグルト ビタミン野菜ジュース	8/5 昼 ごはん フライ盛り合わせ プロッコリーと炒り卵のサラダ	8/6 昼 ごはん 白菜と鶏団子の煮物 豆腐のとろろかけ 三度豆のごま和え 中華サラダ、ミルミルス	8/7 昼 ごはん カレーの唐揚げ 白和え 白菜と三つ葉の和え物 しそは漬け、ミルミルス	8/8 昼 ざるそば 握り寿司、巻き寿司 白和え プリン ミルミルス	8/9 昼 ごはん きのこカレー さきみり、フレンオムレツ カットパイ 福神漬、ミルミルス	8/10 昼 ごはん 茄子の挟み焼 三色野菜のおかか煮 出し巻き 梨缶、ミルミルス
タ ごはん たらの煮魚 玉子とじ 茄子と桜海老の和え物 たくあん	タ ごはん 鶏のくわ焼き 高野焼き 小松菜の煮付け さつま芋の昆布煮	タ ごはん 鮭のムニエルバター風味 海藻サラダ ほうれん草のコンソメ煮 梨缶	タ ごはん 親子煮 長芋の田楽 胡瓜の酢の物 パイ	タ ごはん あじのマスタード焼き、ゆで卵 豆腐のなめたけ和え 小松菜の和え物 甘夏ミカン	タ ごはん 赤魚の付け焼き 湯葉豆腐の含め煮 南瓜の和え物 温野菜	タ ごはん たらの中華あんかけ 大根と高野の含め煮 もやしのツナ和え 高菜漬け
朝 チョコゼブラ 元気ヨーグルト ビタミン野菜	朝 ごはん ふりかけ(タラコ) ひじきの煮物 牛乳 かぼちゃのおみそ汁	朝 ごはん さばのカレー竜田揚げ にらと豆腐の卵とじ きゅうり漬け とろろ昆布のお吸いもの	8/14 昼 洋風ちらし寿司 かつおのたたき 春菊のごま和え 卵豆腐	朝 ごはん なめたけ佃煮 切干大根の煮物 ヨーグルツペ 玉ねぎのおみそ汁	朝 ごはん ぶどうパン ブロッコリーサラダ 牛乳	朝 ごはん たいみそ ごぼうの煮物 ピーチジュース なめこのおみそ汁
8/11 昼 白身魚の煮魚 厚揚げとかぼちゃの含め煮 白菜と桜海老の酢の物 白和え、ミルミルス	8/12 昼 ごはん 豚肉と野菜の旨煮 さといもの味噌炒め つぼ漬け 白和えのお吸いもの	8/13 昼 ごはん わかめご飯 鮭の梅じょうゆ焼き たけのこ厚揚げの含め煮 春菊の和え物 もやしのおみそ汁	8/14 昼 ごはん 鶏のピカタ 大根と油揚げの煮物 白菜のお浸し しいたけのおみそ汁	8/15 昼 あさりごはん かしわうどん キャベツの辛子醤油和え いちごゼリー	8/16 昼 シーフードカレー たまごサラダ 福神漬けとらっきょう漬け バナナ	8/17 昼 ごはん 牛肉の焼肉風 さつま芋のごま煮 うぐいす豆 春菊のおみそ汁
タ ごはん ポテトコロッケ かぼちゃの煮物 トマトと海草のサラダ えのきのおみそ汁	タ ごはん わかめご飯 鮭の梅じょうゆ焼き たけのこ厚揚げの含め煮 春菊の和え物 もやしのおみそ汁	タ ごはん 鶏のピカタ 大根と油揚げの煮物 白菜のお浸し しいたけのおみそ汁	タ ごはん 豚肉とピーマンの細切り炒め 肉巻き カリフラワーの甘酢和え 中華スープ	タ ごはん 赤魚と巾着の焼き合わせ 卵焼き 春雨の酢の物 しめじのおみそ汁	タ ごはん 天ぷら盛り合わせ 白菜とちくわの煮物 青菜のゆず和え そうめんのお吸いもの	タ ごはん 白身魚のムニエルマトソース レタスとりんごのサラダ 青菜とベーコンのソテー 大豆のコンソメスープ
朝 ミルクパン スクランブルエッグ 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(しそ) ビーフンとえびの煮物 牛乳 にらのおみそ汁	朝 ごはん キャラメルリング 野菜のトマト煮 牛乳	朝 レーズンドッグ ハムと花野菜のサラダ 牛乳	朝 ごはん きやらぶき ツナとじゃがいもの煮物 オレンジジュース ごぼうのおみそ汁	朝 ミルクパン ウイナーとしめじのソース炒め 牛乳	朝 ごはん 桜だいいん さつま揚げと昆布の煮物 りんごジュース キャベツのおみそ汁
8/18 昼 お好み焼き ブロッコリーの和え物 パイナップル 里芋のおみそ汁	8/19 昼 ごはん 煮し魚の梅ソースかけ 南瓜のごま炒め 金時豆 大豆のスープ	8/20 昼 ごはん 鶏のおろしソース ほうれん草ソテー 長芋の梅肉和え 黄桃	8/21 昼 焼肉丼 厚揚げと野菜のくず煮 オレンジゼリー	8/22 昼 お好み焼き風卵焼き れんこんの煮物 高菜漬け 春菊のお吸いもの	8/23 昼 ごはん さばの鶏ガラみそ煮 アスパラのマヨネーズ和え 大学芋 春雨スープ	8/24 昼 ハヤシライス さつま芋サラダ 福神漬けとらっきょう漬け オレンジ
タ あじのしょうが焼き なすのしぎ炒め煮 ほうれん草のごま和え たけのこのお吸いもの	タ ごはん きのこご飯 鶏塩肉じゃが ピリ辛炒め はりはり漬け そうめんのお吸いもの	タ ごはん いかと白菜の中華炒め 南瓜のチーズソテー カリフラワーの和え物 わかめスープ	タ ごはん さわらのピリ辛照り焼き タもやしのナムル 青菜のコンニャク炒め チンゲン菜のスープ	タ ごはん 太刀魚の揚げ煮 けんちん炒め 白菜のちくわの和え物 にらスープ	タ ごはん とんぺい 茄子とピーマンの煮物 カリフラワーの和え物 たけのこのお吸いもの	タ ごはん 鮭のんにくマヨ焼き 高野豆腐の含め煮 いんげんのおかか和え 青菜のおみそ汁
朝 アップルデニッシュ&ショコラロール ヤングコーンソテー 牛乳	朝 ごはん のり佃煮 かぼちゃの煮物 牛乳 ごぼうのおみそ汁	朝 ごはん カスタードクリームパン ツナサラダ 牛乳	朝 キャラメルリング 野菜のスープ煮 牛乳	朝 ごはん しその実漬け かんぴょうの煮物 フルーツジュース 青菜のおみそ汁	朝 ごはん レーズンアップル&ミニチーズロール ソーセージと野菜ソテー 牛乳	朝 ごはん ふりかけ(しそ) さといもの煮物 オレンジジュース たけのこのおみそ汁
8/25 昼 ごはん クリームシチュー シーフードソテー ツナサラダ バナナ	8/26 昼 カレーピラフ ポーケビーンズ たまごサラダ パイナップル	8/27 昼 ごはん 柳川鍋風 天ぷら盛り合わせ しば漬け 江戸そば	8/28 昼 ごはん カレーうどん 高野の含め煮 キャベツとしらすの和え物	8/29 昼 ごはん とんかつ 筑前煮 たくあん はんぺんのお吸いもの	8/30 昼 ごはん えびピラフ 鶏肉のマスタード焼き 海藻サラダ 大豆スープ	8/31 昼 かき揚げ丼 なすとピーマンの炒め煮 青りんごゼリー しいたけのお吸いもの
タ ごはん さんまの甘酢炒め 冬瓜のえびあんかけ そばサラダ 南瓜のおみそ汁	タ ごはん いかの旨煮 れんこんのはさみ揚げ 青菜のお浸し とろろ昆布のお吸いもの	タ ごはん 太刀魚の炒め物 甘酢あんかけ 青菜と山菜の和え物 チンゲン菜のスープ	タ ごはん たらの和風マヨネーズ焼き 炒り豆腐 もやしの和え物 だいこんのおみそ汁	タ きんぴらごぼう 白菜ののり和え さつま芋のおみそ汁	タ えびピラフ 鶏肉のマスタード焼き 海藻サラダ 大豆スープ	タ ごはん 牛肉と根菜のしぐれ煮 ごま豆腐 白菜のおろししょうゆ和え もやしのおみそ汁

厨房掲示板

☺ 今月の行事 ☺ ☆印の日です
 ☆8月14日(水曜日) 昼食 おたのしみメニュー ☆8月27日(火曜日) 昼食 郷土料理(東京)
 ☆8月20日(火曜日) 昼食 ヘルシーメニュー ☆8月30日(金曜日) 昼食 ピアパーティー

夏真っ盛りですね。今月は8/4(日)~8/11(日)まで厨房の改修工事が行われました。利用者の方には、大変ご迷惑をおかけしました。その期間は、ケータリングサービスの業者から昼食と夕食はお弁当を配達してもらいました。朝食は、パン屋さんから直接パンを配達してもらいました。いつもと違うメニューを皆さん前向きに楽しんで下さいました。みなさんのご協力で、無事に工事も終了しそうです。工事後、よりよい環境でみなさんによりよい食事を提供できる様努めていきます。(管理栄養士 枝澤)