

◆◆◆献立表◆◆◆

2024年8月		カメリア桜ヶ丘		《常食》			
				8/1(木)	8/2(金)	8/3(土)	8/4(日)
朝食				米飯 味噌汁(かぶ) 車麩のそぼろ煮 厚焼き玉子 つけもの ヨーグルト	食パン ポタージュスープ ベイクドエッグパンパン盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(キャベツ) がんもの煮物 小松菜の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつまいも) 高野豆腐の含め煮 キャベツのドレッシング和え たいみそ ヨーグルト
昼食				豚しゃぶ梅おろしうどん 茄子の味噌炒め 小松菜の胡麻和え フルーツゼリー	米飯 味噌汁(もやし) 鶏肉の塩昆布しそ焼き かぼちゃのいとこ煮 土佐酢和え フルーツ	米飯 味噌汁(油揚げ) カレイのごまだれがけ かにクリームコロッケ きのこの白和え フルーツ	米飯 すまし汁(冬瓜・三つ葉) 鶏肉の黒酢あん うの花 きゅうりのわさび和え フルーツ
おやつ				バウムクーヘン	チーズ蒸しケーキ	ようかんロール	黒糖まんじゅう
夕食				米飯 味噌汁(さつまいも) むつのみりん醤油焼き 青梗菜の煮浸し 煮豆	米飯 すまし汁(はんぺん) 赤魚のすき煮 肉入り金平ごぼう ほうれん草のお浸し	米飯 すまし汁(花麩) 肉じゃが もやしと豆苗の炒め物 もずくの酢の物	米飯 中華スープ(えのき・貝われ) 家常豆腐 茄子の生姜煮 菜の花の菜種和え
	8/5(月)	8/6(火)	8/7(水)	8/8(木)	8/9(金)	8/10(土)	8/11(日)
朝食	米飯 味噌汁(しいたけ) じゃがいもとちくわの煮物 ブロッコリーのおかか和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐) 小松菜の煮浸し 温泉たまご 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根) 魚河岸揚げの煮物 菜の花のからし和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) もろこし和風スクランブルエッグ 納豆 つけもの ヨーグルト	米飯 はちみつレモンパイ スープ(じゃがいも) ミニグラタン・盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 目玉焼き ウインナーのケチャップ炒め のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸) かぼちゃのそぼろ煮 マクロフレーク マクニ ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(青菜) 土用の丑の日 うなぎと夏野菜入り玉子焼き 里芋の胡麻味噌かけ ひじきとツナのサラダ フルーツ	米飯 味噌汁(豆腐) かつカレー 福神漬け らっきょう キャベツのかにかまサラダ ジョア	米飯 味噌汁(春菊) たらの香味野菜蒸し インゲンソテー もやしの梅和え フルーツ	米飯 ハワイアンプレート ビーンズスープ ガーリックシュリンプ ロミロミ風サラダ ハウピアゼリー	米飯 すまし汁(花麩) 鯖の金山寺味噌焼き 大豆と昆布の煮物 切り干し大根のサラダ フルーツ	米飯 青じそ豚丼 吉野井 里芋の田楽 ほうれん草とささみの和え物 フルーツ	米飯 スープ(アスパラ) カレイのトマトソース 冬瓜のコンソメ煮 コールスローサラダ フルーツ
おやつ	アイス	ロールケーキスイカ	抹茶蒸しパン	人形焼	水ようかん	フリーカットケーキ マンゴ	どら焼き
夕食	米飯 スープ(白菜) 鮭のムニエル ペンネソテー さつま芋サラダ	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 鶏肉のレモン炊 ほうれん草のクリーム煮 とろろの酢の物	米飯 中華スープ(玉子) 豚肉の中華風煮込み しゅうまい 青梗菜の中華和え	米飯 すまし汁(かまぼこ) メバルのゆず胡椒ポン酢焼き 大根と豚肉の煮物 カリフラワーのピーナツ和え	米飯 味噌汁(さつまいも) 鶏肉の治部煮 レンコンの金平 モロヘイヤのお浸し	米飯 味噌汁(油揚げ) むつの生姜煮 スナックエンドウのベーコン炒め かぶのゆず和え	米飯 味噌汁(もやし) 豚肉の葱塩炒め けんちん煮 菜の花のわさび和え
	8/12(月)	8/13(火)	8/14(水)	8/15(木)	8/16(金)	8/17(土)	8/18(日)
朝食	米飯 味噌汁(じゃがいも・絹さや) レバーのしぐれ煮 春菊のおかか和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) さんまの甘露煮 青菜のからし和え 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 厚焼き玉子 切干大根の煮物 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(春菊) 高野豆腐の玉子とじ オクラの和え物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸) 肉詰めいりの煮物 とろろ芋 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 生姜天とかぶの煮物 ほうれん草の和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なす・みょうが) ベーコン入り野菜ソテー 小松菜のからし和え のり佃煮 ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(かまぼこ) メンチカツ 三色佃煮 さつま芋きんとん フルーツ	米飯 炊き込みご飯 味噌汁(豆腐) ハンバーグきのこソース 茄子の生姜和え 黒ゴマプリン	米飯 味噌汁(はくさい) さばの山椒煮 ごぼうとこんにゃくの炒め物 だし フルーツ	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 松風焼き かぼちゃのいとこ煮 酢味噌和え フルーツ	米飯 サンドイッチ ミネストローネ チキンのハニーマスタードソース コンソメ フルーツレモンゼリー	米飯 すまし汁(冬瓜、かいわれ) 鯖の柚塩焼き 厚揚げの味噌炒め 春菊のピーナツ和え フルーツ	米飯 味噌汁(春菊) 豚肉のスタミナ炒め 大根のツナ煮 白菜のしそ実和え フルーツ
おやつ	とろろてん	ソフトサラダ	りんごタルト	お米deガトーショコラ	スイスロール	豆乳きなこプリン	乳菓まんじゅう
夕食	米飯 中華スープ(玉子) 麻婆豆腐 水餃子 もやしのザーサイ和え	米飯 味噌汁(なめこ) 鶏肉のたらこマヨ焼き レンコンの土佐煮 煮豆	米飯 すまし汁(はんぺん) 豚肉と夏野菜の甘味噌炒め 昆布とさつま揚げの煮物 キャベツのツナ和え	米飯 味噌汁(花麩) カレイの煮付 うの花 じゃが芋のたらこ和え	米飯 中華スープ(青梗菜) 蝦仁豆腐 さつま芋の大学芋風 大根のキムチ和え	米飯 味噌汁(麩) 鶏肉の甘酢あん がんもの煮物 ごぼうサラダ	米飯 スープ(セロリ・コーン) 鮭のチーズパン粉焼き かぶのクリーム煮 さつま芋サラダ
	8/19(月)	8/20(火)	8/21(水)	8/22(木)	8/23(金)	8/24(土)	8/25(日)
朝食	米飯 味噌汁(なめこ) 肉団子の煮物 納豆 つけもの ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) じゃがいものそぼろ煮 カリフラワーの和え物 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) 炒り豆腐 白菜のゆかり和え 梅干 ヨーグルト	米飯 味噌汁(小松菜) 生揚げと里芋の煮物 なめたけおろし 漬物 ヨーグルト	オレンジパイ パンパンポタージュスープ スクランブルエッグ盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) ソーセージ入り野菜ソテー 菜の花のごま和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) 目玉焼き じゃがいものコンビーフソテー たいみそ ヨーグルト
昼食	ピラフ ジュリエンスープ えびかつ スパゲティサラダ 苺ミルクプリン	米飯 ポタージュスープ みかんソースのチキンソテー かぼちゃのジャーマンソテー 夏野菜の梅サラダ フルーツ	米飯 味噌汁(豆苗・えのき) 銀ひらすの香味ダレ さつま芋のバター醤油煮 ほうれん草のくるみ和え フルーツ	米飯 冷やし中華 餃子 ナムル 杏仁豆腐	米飯 すまし汁(はんぺん) 鯖の味噌煮 ごぼうのしぐれ煮 長芋のわさび酢和え フルーツ	米飯 夏野菜入りカレー 福神漬け らっきょう トマトのたまごサラダ フルーツヨーグルト	米飯 すまし汁(とろろ昆布) 鶏のから揚げ 高野豆腐の含め煮 小松菜のツナ和え フルーツ
おやつ	焼きプリンタルト	プチドック	お好み焼き	カップチーズケーキ	糖漿アイス	しっとりやわらかまんじゅう	フリーカットケーキ ピーチショート
夕食	米飯 味噌汁(豆腐) 鶏肉と冬瓜の煮物 柚子風味 ビーマンの炒め物 茄子の生姜和え	米飯 味噌汁(じゃが芋) 赤魚の辛味野菜蒸し かぶとあさりの煮物 いんげんの胡麻和え	米飯 味噌汁(油揚げ) 豚肉のすき焼き風 もやしの高菜炒め 煮豆	米飯 味噌汁(麩) ゴーヤチャンプル 冬瓜の薄くず煮 キャベツの梅和え	米飯 味噌汁(豆腐) 鶏肉の照り焼き ひじき煮 モロヘイヤのお浸し	米飯 中華スープ(なると) 豚肉と春雨の中華炒め 海鮮シューマイ 冷奴(中華風)	米飯 味噌汁(さつまいも) 赤魚の粕漬焼き 豚バラ大根 もやしの柚子和え
	8/26(月)	8/27(火)	8/28(水)	8/29(木)	8/30(金)	8/31(土)	
朝食	米飯 味噌汁(しめじ) 車麩の煮物 納豆 つけもの ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根・葉大根) さつま揚げの煮物 温泉たまご 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(かぼちゃ) 肉団子の甘辛煮 とろろ芋の青じそ和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) えびボールの磯風味煮 菜の花のハムマヨ和え たいみそ ヨーグルト	レーズンロール・バターロール スープ(白菜) ナポリタン風ソテー盛り合わせ フルーツ ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉葱) 鮭の塩焼き 春菊の胡麻和え ふりかけ ヨーグルト	
昼食	米飯 味噌汁(なす・みょうが) さんまの塩焼き 人参シリシリ 胡瓜とわかめの生姜酢 フルーツ	米飯 スープ(コーン・えのき) ポークチャップ 白菜の豆乳煮 スナックエンドウとささみのサラダ フルーツ	米飯 もずくスープ 韓国風焼肉サラダ ビーフソテー キムチ フルーツ	しそと梅の混ぜご飯 赤だし味噌汁(豆腐) 鯖の塩麹焼き 茄子のおろし和え フルーツ	三色丼 味噌汁(さつまいも) 小松菜の炒め物 大根のホタテ和え フルーツ	米飯 中華スープ(なると) 鶏肉のチリソースかけ ぎょうざ もやしのザーサイ和え フルーツ	
おやつ	ロールケーキ 巨峰	キャラメルプリン	ドーナツ	今川焼き	抹茶ワッフル	なめらかソフトクレープ	
夕食	米飯 味噌汁(もやし) 豚肉の香味炒め 里芋の煮物 ブロッコリーのおかか和え	米飯 味噌汁(ほうれん草) カレイの利休焼き アスパラのソテー 春菊の白和え	米飯 味噌汁(油揚げ) ぎせい豆腐 レンコンの煮物 キャベツのみょうが和え	米飯 味噌汁(小松菜) 鶏肉の幽庵焼き さつまいものオレンジ煮 ひじきのサラダ	米飯 すまし汁(花麩) 銀ひらすの香味味噌焼き かぼちゃの甘煮 オクラのなめたけ和え	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 干草焼き 里芋とあさりの煮物 もずく酢	