

# 予定献立表

おほんのあいだはパンやさんが  
おやすみなので、こんだてが  
へんこうになっています☆

8月1日(火) ~ 8月15日(火)

	朝食	昼食	夕食
1日(火)	 パン・スープのみもの チキンクリームに だいこんサラダ	 ごはん・みそしる かじきのさんしょうに・ちくぜんに こまつなとほしえびのいためもの	たかなチャーハン・スープ ぎょうざ すのもの・フルーツヨーグルト
2日(水)	ごはん・みそしる おんせんたまご いんげんとちくわのきんぴら	ひやしちゅうか てんしん あんにと豆腐	ごはん・みそしる・くらげのあえもの にんにくのめとぶたにくの いためもの・かぼちゃのクリームに
3日(木)	ごはん・みそしる なっとう あつあげのみぞれに	 パン・スープのみもの ポテトグラタン・フケケーキ だいこんサラダつばマスタード	 ごはん・すましじる たちうおのムニエル だいこんのにも・マカロニサラダ
4日(金)	パン・スープのみもの ミートボールのトマトにこみ チンゲンサイのいためもの	 ごはん・みそしる たらちのチーズやき・きゃべつの ゆかりあえ・さんさいとゆほのにも	 ごはん・スープ ぎゅうにくとなつやさいのにこみ ビーフソテー・きのこおろしあえ
5日(土)	ごはん・みそしる ひじきのにも なたねあえ	ごはん・みそしる・くだもの ぶたにくのおろしあえ にんじんのごまみそきんぴら	 ごはん・スープ あげさほどやさいのポンずかけ フロッキーサラダ・ほうれんそうソテー
6日(日)	 ごはん・みそしる チキンのていやき あおなのオイスターいため	 パン・スープのみもの サーモンのムニエル トマトのサラダ・ゼリー	ごはん・スープ ホウコーロー・ミニにくまん にんじんのあまずあえ
7日(月)	ごはん・みそしる なすのひきにくに なめたけあえ	 ビビンバどん・スープ あげしゅうまい くだもの	ごはん・かきたまスープ ポークソテーオニオンソース スパゲッティソテー・えだまめ
8日(火)	 パン・スープのみもの オムレツ ジャーマンポテト	ごはん・スープ ゴーヤとぶたぼうろのみそチャンプル ツナサラダ・きんときまめ	 ごはん・みそしる とりにくのごまだれやき おかかあえ・きざみこぶのにも
9日(水)	ごはん・ぶたじる おんせんたまご ぜんまいのにも	ひやしとろろそば ゆかりごはん ミニいまがわやき	 ごはん・すましじる チキンカツ・おくらゆばあえ さつまいもとときこぶのにも
10日(木)	ごはん・みそしる ねぎなっとう きんぴらごぼう	パン・スープのみもの サーモンのヨーグルトソースかけ かぼちゃのサラダ・フケケーキ	ごはん・スープ ぶたにくのカレーに・まめのサラダ あげなすとひきにくのにも
11日(金)	ごはん・みそしる チキンのトマトソース コーンサラダ	ごはん・スープ チーズいりハンバーグ はるさめサラダ・さんさいとゆほのにも	 ごはん・みそしる かれいのからあげみぞれあん からしあえ・ごもくまめ
12日(土)	 ごはん・みそしる ぎゅうにくとごぼうのにも こまつなとなめこしらすのあえもの	ごはん・スープ さといものカレー・チーズグラタン コールスローサラダ・くだもの	 ごはん・みそしる さいきょうやき・おかずきんぴら ひじきとピーマンのサラダ
13日(日)	ごはん・みそしる あつやきたまご やさしいため	 ごはん・みそしる ビーフシチュー・ゼリー キャベツのポテトサラダ	ごはん・すましじる・くだもの ぶたにくといんげんのマヨネーズいため いため・だいこんのかにあんかけ
14日(月)	 ゆかりごはん・みそしる やきざかな ごまあえ	 ごはん・かきたまスープ イタリアふうカツレツ おろしサラダ・くだもの	ごはん・すましじる マーボーはるさめ じゃがバター・こぶまき
15日(火)	ごはん・みそしる きりこぶとさつまあげのにも ちんげんさいとウィンナーのいためもの	ごはん・みそしる にくと豆腐 からしあえ・くだもの	 ごはん・スープ・つけもの むしどりのちゅうかふうマリネ トマトとオニオンのポンずあえ

リクエスト→

2ひる「ひやしちゅうか」→「つきのいえ」&「えみ」のみなさん

おしらせ →

8/6~12はパワーアップしゅうかん！こんげつは「からだをひやすしょくざい」ですよー☆