

令和3年8月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	8月1日 (日)	8月2日 (月)	8月3日 (火)	8月4日 (水)	8月5日 (木)	8月6日 (金)	★8月7日 (土)
朝食	御飯 味噌汁（おつゆ麩） 高野豆腐の煮物 奈良漬け	御飯 味噌汁（大根） がんもの煮物 ふりかけ	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁（おつゆ麩） ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁（里芋） 切干大根の煮物 しそ高菜	御飯 味噌汁（玉ねぎ） 納豆 のり佃煮	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉と大根の煮物 スープ チンゲン菜の和え物	赤飯 金目鯛の煮付け 吸物 キャベツの香味和え 甘酒	御飯 アジのごまみりん焼き 赤だし味噌汁 山芋とりんごの酢の物	御飯 ホキのタルタルのせ スープ オクラのゆかり和え	御飯 ゴーヤチャンプル 吸物 ほうれん草のなめ茸和え	御飯 白身魚のフライ 豆乳スープ シーザーサラダ ヨーグルト	うなぎのさっぱりちらし寿司 吸物 ひじきの五目煮 水ようかん
間	野菜生活	どら焼き	ととやき	ミルミル	ゼリー	かぼちゃ饅頭	プリンタルト
夕食	御飯 カマスの味噌ポン焼き 吸物 マカロニサラダ	御飯 鶏と茄子のさっぱり炒め 味噌汁 卵豆腐のしょうがあんかけ	御飯 里芋のパン粉焼き スープ 卵の花の炒り煮	キーマカレー ビーンズサラダ フルーチェ らっきょう漬け	御飯 サバの香味焼き スープ 茄子のそぼろ煮	御飯 豚肉の高菜炒め スープ ところてんサラダ	御飯 くずし豆腐の韓国風煮 味噌汁 梅春雨
	8月8日 (日)	8月9日 (月)	8月10日 (火)	8月11日 (水)	8月12日 (木)	8月13日 (金)	8月14日 (土)
朝食	御飯 味噌汁（なめこ） 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁（白菜） 三目大豆 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁（もやし） 里芋の鳴門煮 べったら漬	御飯 味噌汁（じゃが芋） しらたきの真砂煮 青しそ高菜	御飯 味噌汁（南瓜） 麩の煮物 しば漬け	パン ボークビーンズ バナナ 牛乳
昼食	御飯 チンジャオロース スープ 里芋とツナのサラダ	御飯 バーベキューチキン スープ 塩レモンサラダ	御飯 鮭の塩麹焼き 呉汁 冬瓜の煮物	フレンチトースト ビーフシチュー サラダ ヨーグルト	御飯 鶏肉の柚子香焼き 吸物 かくや和え	とうもろこし御飯 精進かき揚げ 吸物 ごま豆腐	御飯 焼き豆腐の彩りあんかけ 吸物 オクラと茗荷の和え物
間	黒棒	飲むヨーグルト	原宿ドッグ	もみじ饅頭	気になる野菜	ゼリー	マロンワッフル
夕食	御飯 ホキの味噌とろろ焼き 吸物 ズッキーニのソテー	御飯 サバの味噌煮 吸物 切干大根のごま酢和え	御飯 麻婆豆腐 ニラ玉スープ 茄子の浅漬け	御飯 メバルのおろしポン酢のせ 春雨スープ 胡瓜のピリ辛和え	御飯 ホキの黄金焼き 味噌汁 キャベツのサラダ	御飯 肉じゃが とろたまスープ のりサラダ/迎え団子風	御飯 カットハンバーグ スープ はんぺんのごまサラダ
	8月15日 (日)	8月16日 (月)	◆8月17日 (火)	8月18日 (水)	8月19日 (木)	8月20日 (金)	8月21日 (土)
朝食	御飯 味噌汁（しめじ） 高野豆腐の煮物 奈良漬け	御飯 味噌汁（大根） がんもの煮物 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁（もやし） ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁（さつま芋） 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁（豆腐） 切干大根の煮物 しば漬	パン チキンボールのケチャップ煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 回鍋肉 スープ チンゲン菜のナムル 送り団子風	御飯 友禅蒸し 吸物 焼きビーフン	夏野菜カレー サラダ パイナップル 福神漬け	御飯 エビチリ春雨 スープ ささみのごまサラダ	御飯 ホキのラタトゥイユソースかけ コーンスープ えびサラダ	お好み焼き そうめん汁 オクラの和え物 アイスクリーム	御飯 カレイのバター醤油焼き コンソメスープ はんぺんサラダ
間	丸ボーロ	バームクーヘン	りんごジュース	カエデの実	カスタードケーキ	焼きドーナツ	野菜生活
夕食	御飯 赤魚のねぎポン酢かけ 吸物 鶏肝のタレ炒め	御飯 つくねの甘辛煮 スープ 白菜の柚子和え	御飯 白身魚の梅なめたけおろしのせ さつま汁 オクラの塩昆布和え	御飯 鮭のちゃんちゃん焼き 吸物 もずくの和え物	御飯 あぶたま煮 味噌汁 焼き茄子	御飯 サバの生姜煮 吸物 酢味噌和え	御飯 鶏肉の梅肉焼き 吸物 ほうれん草のわさび和え
	8月22日 (日)	8月23日 (月)	8月24日 (火)	8月25日 (水)	8月26日 (木)	8月27日 (金)	8月28日 (土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁（南瓜） 三目大豆 ふりかけ	パン ベイクドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁（なめこ） 里芋の鳴門煮 べったら漬	御飯 味噌汁（白菜） しらたきの真砂煮 青しそ高菜	御飯 味噌汁（玉ねぎ） 麩の煮物 しば漬	パン キャベツのマスタード煮 バナナ 牛乳
昼食	御飯 豚肉ときのこのタレ炒め 吸物 里芋の味噌煮	サンドイッチ ポトフ スパサラダ ヨーグルト	生姜ごはん 豚肉と冬瓜の煮物 茶碗蒸し バンサンスー	麦ごはん サバの塩焼き ちゃんこ汁 とろろ	冷やし中華 煮豆 果物	栗ごはん メバルの煮付け レタススープ 大根の梅じゃこサラダ	御飯 スズキの竜田焼き 吸物 ポテトサラダ
間	黒棒	ミニたい焼き	気になる野菜	クリームコンフェ	ストロベリータルト	ミルージュ	ゼリー
夕食	御飯 スズキのレモン塩焼き 冬瓜の味噌汁 呉豆腐	御飯 鰯の葱みそ焼き 吸物 甘夏和え	御飯 赤魚のおろし煮 スープ ところてん	御飯 麻婆茄子 中華スープ 白菜の塩麹和え	御飯 マーマレードチキン 吸物 こんにゃくとツナの金平	御飯 肉じゃがオムレツ 味噌汁 もずくのポン酢和え	御飯 柚子風味つくね焼き スープ 切干大根のサラダ
	8月29日 (日)	8月30日 (月)	8月31日 (火)				
朝食	御飯 味噌汁（おつゆ麩） 高野豆腐の煮物 奈良漬け	御飯 味噌汁（大根） がんもの煮物 ふりかけ	パン ボークビーンズ バナナ 牛乳	★行事食★ 7日（土）旧七夕 ◆食の記念日◆ 17日（火）パイナップルの日 *旬の食材* すずき、トマト、ピーマン、胡瓜 茄子、糸瓜、冬瓜			
昼食	御飯 鶏と野菜の中華風味炒め 生姜スープ オクラサラダ	御飯 鮭の塩焼き 吸物 さつま芋の昆布煮	御飯 鶏肉と里芋の照り煮 吸物 ｽｯﾌﾟ エンドウのサラダ				
間	丸ボーロ	もみじ饅頭	ココアワッフル				
夕食	御飯 鰯の山椒煮 味噌汁 ごま豆腐	御飯 茄子とじゃが芋のミートグラタン スープ チンゲン菜のザーサイ炒め	御飯 サバの漬け焼き 味噌汁 糸こんの卵とじ				