

8月 献立

2024年度 地域生活支援センターかのん

曜日	日にち		血や肉	エネルギー	体の調子を整える	曜日	日にち		血や肉	エネルギー	体の調子を整える					
月	5	19	朝食	/	/	/	月	12	26	朝食	/	/	/			
			夕食	ご飯 味噌汁 とんかつ キャベツ トマト 胡瓜とわかめの酢の物	豚肉 鶏卵	白米、パン粉 油、油揚げ				キャベツ、トマト、きゅうり わかめ、玉葱	夕食	ご飯 味噌汁 和風おろしハンバーグ 野菜とじゃこサラダ	合いびき肉 ちりめんじゃこ	白米、パン粉 麩	玉ねぎ、大根、小葱 人参、茄子、水菜 わかめ	
火	6	20	朝食	パン ヨーグルト ミートオムレツ マカロニサラダ	鶏卵 鶏ひき肉 ヨーグルト	パン、マカロニ	玉葱、人参、胡瓜 コーン、フルーツ	火	13	27	朝食	パン ヨーグルト スクランブルエッグ ポテトサラダ	鶏卵 ヨーグルト	パン、バター じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	きゅうり、人参、玉葱	
			夕食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 磯和え	豚肉	ご飯、じゃが芋	玉ねぎ、人参、しらたき 小松菜、えのき				夕食	ご飯 味噌汁 鶏の大葉焼き 冬瓜煮	鶏肉	白米、片栗粉	わかめ、大葉、冬瓜 人参、椎茸	
水	7	21	朝食	ご飯 味噌汁 しらす納豆 きんぴらごぼう	納豆 しらす	白米、麩 ごま	玉葱、人参、ごぼう	水	14	28	朝食	ご飯 味噌汁 切り昆布煮 お浸し フルーツ	さつま揚げ	白米、油揚げ	切り昆布、人参 ほうれん草	
			夕食	冷やし中華 中華スープ 焼き餃子	鶏卵、ハム 豚ひき肉	中華麺、ごま	長葱、わかめ、きゅうり キャベツ、にら、トマト				夕食	ご飯 卵スープ 麻婆豆腐 揚げ春巻き レタス	鶏卵、豆腐 豚ひき肉	白米、油 春巻きの皮	小葱、人参、たけのこ 椎茸、レタス	
木	8	22	朝食	パン フルーツ ウインナーソーテー ごぼうサラダ チーズ	ウインナー チーズ	パン ノンエッグマヨネーズ	ごぼう、きゅうり、人参 フルーツ	木	1	15	29	朝食	パン レタススープ ウインナーソーテー 茹でブロッコリー トマト	ウインナー ベーコン	パン	玉ねぎ、レタス、人参 ブロッコリー、トマト
			夕食	ポークカレー フレンチサラダ ヨーグルト	豚肉 ヨーグルト	白米、小麦粉 じゃが芋、油	玉ねぎ、人参、キャベツ 胡瓜、コーン					夕食	茄子ミートスパゲッティ ツナサラダ フルーツ	豚ひき肉 ツナ缶	スパゲッティ	茄子、玉葱、人参 キャベツ、きゅうり、コーン
金	9	23	朝食	ご飯 味噌汁 ひじき豆 お浸し フルーツ	大豆	白米	ひじき、人参、蒟蒻 ほうれん草、玉葱 わかめ、フルーツ	金	2	16	30	朝食	ご飯 味噌汁 しらす納豆 切り干し大根煮	しらす 納豆	白米、油揚げ	わかめ、なめこ、蒟蒻 切り干し大根、人参、椎茸
			夕食	ご飯 すまし汁 とり天 磯和え	鶏肉、豆腐	白米、小麦粉 油	小葱、ほうれん草 えのき、人参、海苔					夕食	パン コンソメスープ タンドリーチキン 粉ふき芋 トマトサラダ	鶏肉 ヨーグルト	パン、じゃが芋	玉ねぎ、キャベツ、人参 トマト、きゅうり、しょうが にんにく、パセリ
土	10	24	朝食	ごはん 味噌汁 卵の花炒り さつまいも甘煮	おから	白米、さつま芋 油揚げ	玉ねぎ、人参、蒟蒻 しめじ、ごぼう、葱	土	3	17	31	朝食	ご飯 味噌汁 鯖のみぞれ煮 切り昆布煮	鯖、豆腐	白米、油揚げ	切り昆布、人参、椎茸 南瓜、玉葱
			夕食	ごはん 味噌汁 手羽元チキン照り焼き 枝豆 ゆでとうもろこし	手羽元	白米	大根、なめこ、枝豆 とうもろこし、トマト					夕食	親子丼 味噌汁 かにかま和え	鶏肉 鶏卵 かにかま	白米、ごま	玉ねぎ、茄子、しめじ 小葱、ほうれん草
日	11	25	朝食	ご飯 味噌汁 鰯の甘酢煮 切り干し大根煮 フルーツ	鰯	米、油揚げ	キャベツ、わかめ 大根、人参、椎茸	日	4	18	朝食	ピザトースト コーンスープ フルーツ	チーズ、牛乳 ウインナー	食パン	トマト、玉葱、ピーマン フルーツ、とうもろこし	
			夕食	/	/	/	/				夕食	/	/	/	/	

* 食材の仕入れ状況により献立内容を変更する場合があります

8/12(月) 祝日献立 ・炒飯、焼売、ミニトマト、春雨スープ

* 使用しているかまぼこ、ハム、ウインナー、ベーコンには卵・乳は使用されていません