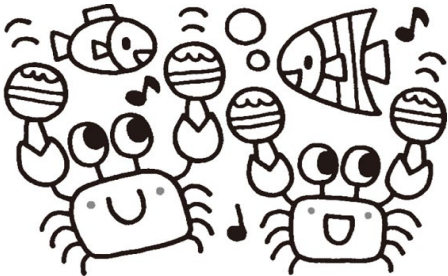


献立予定表 8月

D a o p 8月の指導計画・・・夏野菜で栄養をしっかりと摂る。 A B C E

月	火	水	木	金	土	
8/31					1	牛丼
ゆかりごはん 冷やし中華						
米・ゆかり・中華麺 きゅうり・ハム・コーン缶 カニカマ・冷やし中華たれ						米・牛肉・玉ねぎ・しめじ 糸こんにゃく・かまぼこ 青ねぎ・砂糖・醤油
牛乳・大学芋						ヤクルト・お米スナック
3	4	5	6	7	8	
ハヤシライス 温野菜 パイナップル	十六穀米 さわらの塩焼き たまご焼き にゅうめん	ごはん 筑前煮 きゅうりの酢の物	ごはん ハンバーグ スパゲティ トマト もやしスープ	五目寿司 すまし汁 きゅうりの 昆布和え	冷やしうどん	
米・牛肉・玉ねぎ・人参 マッシュルーム・さつま芋 ブロッコリー・パイナップル ハヤシルウ	米・十六雑穀・さわら 卵・そうめん・玉ねぎ 人参・かまぼこ・青ねぎ えのき	米・豚肉・人参・椎茸 筍・ごぼう・れんこん じゃが芋・身天・きゅうり ちりめん・わかめ・酢 醤油・砂糖	米・合びき・玉ねぎ トマト・スパゲティ もやし・わかめ・コンソメ 豆腐・ソース・ケチャップ	米・高野豆腐・ごぼう 人参・かまぼこ・豆腐 干し椎茸・グリーンピース 玉ねぎ・青ねぎ・ゴマ 塩昆布	うどん・きゅうり・ハム カニカマ・めんつゆ 青ねぎ	
牛乳・フランクフルト	ジョア・スティックパン	桃ゼリー	牛乳・ビスコ	バナナ	ヤクルト・ぱりんこ	
10	11	12	13	14	15	
山の日	ごはん 高野豆腐の そばろ煮 ピーマンと鶏肉の 甘酢炒め	山吹ごはん 豚汁 中華きゅうり	親子丼	中華丼	肉うどん	
	米・豚ミンチ・高野豆腐 玉ねぎ・人参・かまぼこ しめじ・鶏肉・ピーマン パプリカ・砂糖・酢・醤油	米・卵・ちりめん・白ごま 人参・野沢菜漬・豚肉 玉ねぎ・ゴボウ・もやし 青ねぎ・薄あげ・きゅうり かまぼこ・味噌	米・鶏肉・卵・玉ねぎ 人参・かまぼこ・青ねぎ 砂糖・醤油	米・豚肉・人参・玉ねぎ 白菜・チンゲン菜 もやし・なると・鶏ガラ	うどん・牛肉・玉ねぎ かまぼこ・薄あげ 青ねぎ・醤油	
	ヤクルト・ぱりんこ	牛乳・ホームパイ	ヤクルト・星たべよ	ヤクルト・紫芋せんべい	ヤクルト・ハッピーターン	
17	18	19	20	21	22	
ごはん マーボーなす キャベツとちくわの 和え物	かやくごはん きつねうどん	ごはん 揚げギョウザ ゆかりキャベツ きのこハムの スープ	すき焼き丼 たくあんときゅうりの おかか和え オレンジ	ごはん 鶏の照り焼き 味噌汁 エリンギとベーコンの ソテー	ちゃんぽんめん	
米・豚ミンチ・玉ねぎ なす・人参・ニラ・豆腐 キャベツ・ちくわ・ツナ缶 マヨネーズ・マーボーの素	米・ごぼう・人参・椎茸 かまぼこ・こんにゃく 三つ葉・薄あげ・うどん 青ねぎ・醤油・砂糖	米・豚ミンチ・白菜 ニラ・キャベツ・ゆかり しめじ・ハム・玉ねぎ 青ねぎ・コンソメ ギョウザの皮	米・豚肉・白菜・玉ねぎ 人参・すきふ・きゅうり 焼き豆腐・糸こんにゃく 青ねぎ・えのき・たくあん かつお節・オレンジ・醬	米・鶏肉・トマト・玉ねぎ わかめ・かまぼこ・青ねぎ エリンギ・ベーコン・味噌 ほうれん草・砂糖・醤油	中華麺・豚肉・人参 玉ねぎ・キャベツ・椎茸 なると・青ねぎ・もやし 鶏ガラ	
フルーチェ	ヤクルト・小魚カルシウム	ファイバーヨーグルト	牛乳・おにぎりせんべい	すいか	ヤクルト・ぼたぼた焼き	
24	25	26	27	28	29	
ごはん 豚肉の甘辛炒め トマト えのきの味噌汁	ロールパン 豆スープ かんきつゼリー	コーンごはん 冬瓜のそばろあん きんぴら春雨	ごはん コロケ 人参マリネサラダ なすの味噌汁	オクラのカレーライス カルピスフルーツポンチ 福神漬	他人丼	
米・豚肉・キャベツ 人参・玉ねぎ・もやし パプリカ・トマト・えのき 薄あげ・白菜・味噌 青ねぎ・焼肉のたれ	ロールパン・大豆 玉ねぎ・人参・キャベツ さつま芋・トマト缶 ウインナー・パセリ かんきつゼリー・ケチャップ	米・とうもろこし・豚ミンチ 冬瓜・人参・厚あげ 里芋・かまぼこ・春雨 豚肉・ごぼう・青ねぎ 砂糖・醤油	米・合びき・じゃが芋 人参・キャベツ・玉ねぎ ツナ缶・豚肉・なす かまぼこ・味噌・パン粉 フレンチドレッシング	米・牛肉・玉ねぎ・人参 オクラ・じゃが芋・桃缶 パイン缶・みかん缶 カルピス・カレールウ 福神漬・寒天	米・豚肉・玉ねぎ 人参・かまぼこ・青ねぎ 砂糖・醤油・薄あげ	
牛乳・豆乳クッキー	ヤクルト・フライドポテト	バナナヨーグルト	牛乳・りんご	りんごジュース・ミルクパン	ヤクルト・星たべよ	