



2019年 8月

献立表

～テイサービス～



	1		2		3		
昼食			赤飯 鶏の胡麻焼き 添え(里芋、干し大根のすだち和え) ミルクスープ 豆腐のケチャップ炒め たらこスパゲッティ 果物(オレンジ)	ご飯 豚の甘酢炒め マカロニサラダ 五目味噌汁 白菜のゆかり和え ピリ辛大根 りんごの甘煮	黒米ご飯 豚肉のケチャップ炒め 海草サラダ けんちん汁 ベーコンのんにく炒め 魚の天ぷら 果物(キウイ)		
	5	6	7	8	9	10	
昼食	ご飯 小判つくね 添え(スナップエンドウ) なすの酢の物 冬瓜のスープ 海老しんじょうの煮物 キャベツの塩昆布和え みかん缶	ご飯 焼き魚のねぎソースかけ 添え(トマト) きこの白和え すいとん インゲンのおかか和え さつま芋のケチャップ煮 びわ	ご飯 鶏のハニーマスタードソース 添え(ブロッコリー) カラフルサラダ かきたまスープ さつま揚げの煮物 和風スパゲッティ マンゴー	ご飯 鶏の味噌ごま焼き 添え(キャベツゆかり) 南瓜のサラダ 団子汁 玉ねぎのかき揚げ ほうれん草のミルク煮 パイナップル	ご飯 鮭のレモンバターソース 添え(ブロッコリー) トマトの和え物 大葉風味のおろし汁 れんこんのごま味噌和え 大根の梅肉和え ハナナ	ご飯 魚のトマト煮 チーズポテトサラダ 冬瓜と南瓜のスープ 大根のゆかり和え ピリ辛こんにゃく オレンジ	
	12	13	14	15	16	17	
昼食	ご飯 鯖のおろし煮 添え(人参) もやしナムル そば汁 ブロッコリーのそぼろ煮 きゅうりの酢の物 バナナ	ご飯 魚のたれ焼き 添え(ピーマン) 南瓜の甘酢和え かにと卵のスープ 白菜のおかか和え ちくわのマヨサラダ 洋なし	ご飯 魚の味噌マヨネーズ焼き 添え(レタス) わかめの酢の物 すまし汁(魚めん) 里芋の味噌煮 サーモンマリネ 果物(黄桃)	お盆 助六 煮しめ 豆腐のすまし汁 なすの天ぷら 大豆の胡麻煮 すいか 	ご飯 魚のケチャップ煮 添え(ブロッコリー) そうめんの酢の物 すまし汁(花魁) オレンジ ピーマンの中華炒め おろしハンバーグ	ご飯 鶏の胡麻照り焼き 添え(ししとう) 春雨の酢の物 呉汁 玉ねぎのバター醤油和え じゃが芋のコンソメ煮 キウイ	
	19	20	21	22	23	24	
昼食	ご飯 豚キムチ 白きくらげの酢の物 コンソメスープ マンゴー キャベツのピーナッツ和え はんぺんの生姜マヨ焼き	ご飯 トンテキ ツナと人参のマリネ あおさの味噌汁 みかん 大根のもちもち焼き さつま芋のミルク煮	ご飯 蒸し魚の梅マヨネーズかけ 豆腐ドレッシングサラダ 南瓜のポタージュ 人参のかき油炒め キャベツの辛子マヨ和え バナナ	ご飯 魚のムニエルカラフルソース 添え(アスパラ) 夏野菜のサラダ トマトと卵のスープ 人参サラダ 青菜の味噌炒め リンゴのシナモン煮	ヒビンハ丼 空豆とこんにゃくの白和え わかめスープ マンゴー 白菜の酢の物 ニラ卵 	ご飯 魚の生姜煮 添え(南瓜) 茄子の梅和え 豆乳味噌汁 びわ ほうれん草の海苔和え ピーマンのジャコ煮	
	26	27	28	29	30	31	
昼食	おにぎり 冷やしそうめん 茄子のもりみり ちくわとピーマンの照り煮 キャベツののりあえ 果物(バナナ) 	トマトカレー キャベツのツナサラダ オレンジラッシー パイナップル いんげんのピーナッツ和え 大根のもっちり照りマヨ焼き 	手作りパンの日 	ご飯 鶏の味噌香揚げ 添え(人参) ほうれん草の辛子和え ベーコンのスープ 春雨のサラダ マカロニのケチャップ和え 黄桃	ご飯 魚のパン粉焼き 添え(トマト) ささみの酢の物 きしめん汁 ブロッコリーのおかか和え バナナ さつま芋コロケ	ご飯 鶏のねぎ塩焼き 添え(じゃが芋) おからのサラダ 法蓮草の味噌汁 蓮根の梅あえ 焼きそば マンゴー	

皆さん、こんにちは。

7月も蒸し暑い日が続きましたが、8月になりこれからもっと本格的な夏が始まります。夏休みに入る方も多いと思いますが、夏バテをしないよう食生活の乱れには気を付けて、楽しい夏を過ごして下さい。



さて、今月はお盆の行事食に『助六』を予定しています。

昨年メニューに復活した助六は、巻き寿司に稲荷にと目が回るような1日になりますが、酢飯がお好きなご利用者の方も多いため、喜んで頂けるようはりきって調理していきたいと思っております。



栄養士

でした。

※赤字はおすすめのメニューです
※都合によりメニューを変更する場合があります