8月献立

《土用の丑の日》

	平成30年8月1日(水)	平成30年8月2日(木)	平成30年8月3日(金)	平成30年8月4日(土)	平成30年8月5日(日)
朝	ご飯 白菜のとろみ煮 とろろ 味噌汁 ヨーグルト 397kcal	ご飯 角麩の炒り煮 昆布の佃煮 味噌汁 ホワイトアップル 402kcal	ご飯 長芋ときのこのバター醤油炒め 冷奴 味噌汁 乳酸菌飲料 415kcal	ご飯 さつま揚げ炒め いんげん酢味噌和え 味噌汁 牛乳 529kcal	ご飯 茄子のそぼろあんかけ 五目豆 味噌汁 ホワイトアップル 454kcal
昼	うな丼 豆腐のしんじょあんかけ 奈良漬 吸い物 538kcal	ご飯 タンドリーチキン なすの甘酢炒め ごぼうサラダ 味噌汁 550kcal	ご飯 鮭のレモン醤油焼き 糸昆布煮 ｵｸﾗのなめ茸和え すまし汁 447kcal	中華飯 なすの甘辛炒め 青梗菜のナムル 中華スープ 586kcal	ご飯 鶏肉のしそ焼き 冬瓜の煮付け もやしのごま和え 味噌汁 515kcal
おやつ	パインゼリー 38kcal	ぶどうゼリー 33kcal	たい焼き 94kcal	クリームコンフェ 80kcal	レモンケーキ 68kcal
夕	ご飯 回鍋肉 切干し大根の煮付 もやしと豆苗のｻﾗﾀﾞ 味噌汁 533kcal	ご飯 白身魚のたらこマヨネーズ焼 里芋のごま味噌煮 海藻サラダ すまし汁 513kcal	ご飯 鶏肉のねぎ塩のせ れんこんの金平 オニオンスライス 味噌汁 549kcal	ご飯 赤魚の煮つけ 鶏団子と大根の煮物 きゅうりの錦糸和え すまし汁 487kcal	きのこご飯 豆腐ステーキとろろソース ツナじゃが グリーンサラダ すまし汁 567kcal

《カレーの日》

	平成30年8月6日(月)	平成30年8月7日(火)	平成30年8月8日(水)	平成30年8月9日(木)	平成30年8月10日(金)	平成30年8月11日(土)	平成30年8月12日(日)
朝	ご飯 高野豆腐煮 エビサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 452kcal	食パン ウインナーソテー マカロニサラダ コーンスープ 牛乳 532kcal	ご飯 厚揚げの煮物 もやしのナムル 味噌汁 ヨーグルト 453kcal	ご飯 はんぺん煮付け 中華サラダ 味噌汁 ホワイトアップル 379kcal	カニ雑炊 れんこんの金平 里芋の磯和え 乳酸菌飲料 411kcal	ご飯 ちくわの炒め煮 金時豆煮 味噌汁 牛乳 508kcal	ご飯 ｷｬﾍﾞﾂの炒め物 卵豆腐 味噌汁 ホワイトアップル 397kcal
昼	ご飯 肉団子の野菜あんかけ さつま芋の旨煮 干しえびの和え物 味噌汁 410kcal	ご飯 たらの磯辺揚げ 豆腐のきのこ煮 トマトサラダ すまし汁 502kcal	ご飯 とんこつﾗｰﾒﾝ がんもの煮付け ひじきのｻﾗﾀﾞ キウイフルーツ 656kcal	炊き込みご飯 鶏肉のねぎ塩のせ 豆腐のしんじょあんかけ ほうれん草のお浸し 味噌汁 566kcal	ご飯 赤魚の粕漬け焼き オランダ煮 トマトと枝豆のサラダ 味噌汁 501kcal	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き 大根の煮付け 海藻サラダ 中華スープ 518kcal	ご飯 メンチカツ じゃが芋煮つけ 長芋の短冊 すまし汁 450kcal
おやつ	田舎饅頭 106kcal	和のパンケーキ 55kcal	もものゼリー 38kcal	水ようかん 67kcal	シュークリーム 141kcal	クレープ 58kcal	もみじまんじゅう 98kcal
夕	ご飯 さばの塩焼き 竹輪の炊き合わせ 白菜の梅おかか和え 味噌汁 516kcal	ご飯 つくね風焼き 大根うすくず煮 いんげんのごま和え かき玉汁 553kcal	カレーライス（ビーフ） 香の物 ﾐﾓｻﾞｻﾗﾀﾞ フルーツ 551kcal	ご飯 かに玉 甘辛煮 キャベツのゴマ和え 中華スープ 456kcal	ご飯 豚肉の五目炒め ブロッコリーのコンソメ煮 白菜サラダ 味噌汁 543kcal	ご飯 肉じゃが 炒り豆腐 おくらのおかか和え 味噌汁 566kcal	ご飯 ｽﾍﾟｲﾝ風ｵﾑﾚﾂ えび団子煮 いんげんのピーナツ和え 味噌汁 473kcal

《ごちそうの日》

	平成30年8月13日(月)	平成30年8月14日(火)	平成30年8月15日(水)	平成30年8月16日(木)	平成30年8月17日(金)	平成30年8月18日(土)	平成30年8月19日(日)
朝	ご飯 厚焼き卵 卯の花 味噌汁 乳酸菌飲料 477kcal	食パン ほうれん草とベーコンソテー スパゲティサラダ 南瓜のポタージュ 牛乳 567kcal	ご飯 目玉焼き エビサラダ 味噌汁 ヨーグルト 442kcal	ご飯 もやしの煮浸し 五目豆 味噌汁 ホワイトアップル 371kcal	ご飯 枝豆はんぺん煮 いんげん酢味噌和え 味噌汁 乳酸菌飲料 457kcal	ご飯 焼き豆腐煮 大根の青菜和え 味噌汁 牛乳 485kcal	ご飯 ごぼうの煮付け ささみのサラダ 味噌汁 ホワイトアップル 428kcal
昼	牛丼 がんもの煮付け 胡瓜の酢の物 かき玉汁 590kcal	ご飯 麻婆春雨 春巻 なすの華風浸し 中華スープ 604kcal	いなり寿司 たぬきそば 茶わん蒸し 大根サラダ フルーツ（パイン缶） 780kcal	ご飯 白身魚のたらこマヨネーズ焼 白菜とベーコン煮 アスパラと玉葱のサラダ 味噌汁 543kcal	ご飯 華風卵焼き 南瓜の煮付け いんげんのピーナツ和え すまし汁 555kcal	ご飯 ミックスフライ 大豆煮 ほうれん草のごま和え すまし汁 602kcal	たけのこご飯 ほっけ焼き 高野豆腐煮 ｵｸﾗのサラダ すまし汁 465kcal
おやつ	マドレーヌ 92kcal	今川焼き 91kcal	ココアムース 76kcal	カスタードプリン 74kcal	抹茶ワッフル 80kcal	今川焼き 91kcal	カカオケーキ 72kcal
夕	ご飯 鶏肉の照り焼き れんこんの金平 カニサラダ 味噌汁 553kcal	ご飯 さばの生姜煮 ひじき豆煮 冷奴 すまし汁 535kcal	ご飯 ピカタ 里芋の煮ころがし もずく酢 味噌汁 559kcal	ご飯 とんぺい焼き ごぼうの味噌煮 海藻サラダ 中華スープ 634kcal	ご飯 豚肉の焼肉風 なすの味噌煮 玉ねぎのサラダ すまし汁 538kcal	ご飯 煮込みハンバーグ ピーマンと竹輪の金平 きゅうりの錦糸和え 味噌汁 509kcal	ご飯 ちぢみ 青梗菜のオイスター炒め 白菜の梅おかか和え 味噌汁 619kcal

《カレーの日》

	平成30年8月20日(月)	平成30年8月21日(火)	平成30年8月22日(水)	平成30年8月23日(木)	平成30年8月24日(金)	平成30年8月25日(土)	平成30年8月26日(日)
朝	ご飯 里芋炒り煮 中華サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 412kcal	食パン ブロッコリーのコンソメ煮 パンプキンサラダ コーンスープ 牛乳 500kcal	ご飯 いんげん生姜炒め 白菜の磯和え 味噌汁 ヨーグルト 381kcal	ご飯 ほうれん草の煮びたし 大根サラダ 味噌汁 ホワイトアップル 368kcal	きのこ雑炊 がんもの煮付け いんげん酢味噌和え 乳酸菌飲料 333kcal	ご飯 糸昆布煮 五目豆 味噌汁 牛乳 558kcal	ご飯 小松菜煮浸し 大根のおかか和え 味噌汁 ホワイトアップル 358kcal
昼	ご飯 鶏肉のﾊﾟﾝ粉焼き ｷｬﾍﾞﾂの炒め物 ワカメの酢の物 コンソメスープ 536kcal	チキンカレーライス 香の物 エビサラダ ﾌﾙｰﾂ杏仁 619kcal	ご飯 けんちんうどん えび団子煮 ほうれん草のおろし和え フルーツ（みかん缶） 480kcal	ご飯 ささみ梅竜田揚げ 野菜のﾄﾏﾄ煮 大根サラダ 味噌汁 566kcal	ご飯 さわらの漬け焼き 切干大根のごま炒め 小松菜のきのこ和え すまし汁 497kcal	ご飯 青炒肉絲 白菜の旨煮 ひじきのサラダ すまし汁 471kcal	ご飯 磯華玉子巻き ジャーマンポテト わかめサラダ 味噌汁 580kcal
おやつ	おはぎ 100kcal	抹茶饅頭 107kcal	りんごゼリー 53kcal	オレンジゼリー 41kcal	プチクレープ 58kcal	たい焼き 94kcal	ととやき 60kcal
夕	ご飯 たらの西京焼き 南瓜のいとこ煮 錦糸和え すまし汁 476kcal	ご飯 豚肉と大根の甘辛煮 小松菜信田煮 なすのごま和え 味噌汁 511kcal	ご飯 鯖のねぎ焼き つくねの煮付け 長芋の梅和え 味噌汁 568kcal	ご飯 かに玉 生揚げの煮付け 胡瓜とツナの和え物 すまし汁 484kcal	ご飯 白身魚のフライ もやし炒め 玉葱とカニののサラダ つみれ汁 550kcal	ご飯 カレイの照焼き エビキャベツ炒め 南瓜サラダ コンソメスープ 544kcal	ご飯 八宝菜 焼売 青梗菜の中華和え かきたま汁 649kcal

《郷土料理・神奈川》

	平成30年8月27日(月)	平成30年8月28日(火)	平成30年8月29日(水)	平成30年8月30日(木)	平成30年8月31日(金)		
朝	ご飯 かぼちゃの金平 中華サラダ 味噌汁 乳酸菌飲料 426kcal	食パン キャベツとベーコンのソテー 玉葱と枝豆のサラダ 南瓜のポタージュ 牛乳 538kcal	ご飯 切り干し大根の煮物 グリーンサラダ 味噌汁 ヨーグルト 409kcal	ご飯 甘辛煮 大根サラダ 味噌汁 ホワイトアップル 448kcal	ご飯 だし巻き玉子 ささみと胡瓜の中華和え 味噌汁 乳酸菌飲料 433kcal		
昼	ご飯 さばの味噌煮 筍の煮付け ブロッコリーサラダ すまし汁 526kcal	ご飯 鶏肉の梅焼き 高野豆腐煮 ほうれん草のおろし和え 味噌汁 546kcal	ご飯 サンマーメン 建長煮 しらす和え フルーツ 639kcal	ご飯 エビカツ 里芋の旨煮 ｵｸﾗのおかか和え 味噌汁 533kcal	三色丼 ピーマンと竹輪の金平 もやしのごま和え すまし汁 517kcal		
おやつ	ココアワッフル 83kcal	ドーナツ 93kcal	抹茶プリン 55kcal	ものゼリー 38kcal	ワッフル 76kcal		
夕	炊き込みご飯 豆腐ステーキ なすの煮付け とろろ 味噌汁 563kcal	ご飯 ミートボール 野菜のきんぴら 大根サラダ すまし汁 463kcal	ご飯 豚肉の焼肉風 ごぼうの味噌煮 ブロッコリーのサラダ すまし汁 529kcal	ご飯 油淋鶏 じゃが芋煮つけ 春雨の酢の物 味噌汁 640kcal	ご飯 麻婆豆腐 春巻き アスパラと玉葱のサラダ 中華スープ 571kcal		