



8月の献立



通常食
対応食

27日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ハンバーグ
- ・豚肉野菜
- ・りんごのペロロンチーノ
- ・ソース
- ・フルーツ

28日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・いわしのフライ
- ・金平ごぼう
- ・鶏肉の炒め物
- ・切り干し大根の煮物
- ・キャベツの輪切りのみそ汁

29日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚しゃぶトマト
- ・春雨の炒め物
- ・いわしの塩味炒め **(いわし抜き・鶏肉追加)**
- ・ヨーグルト **(さくらゼリー)**

30日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏肉のマスタード炒め
- ・ウインナーとピーマンのソテー
- ・手巻のきなこ豆
- ・ミニトマト

※対応食が通常食と異なる場合は赤字で記入しています。



9月の献立

通常食
対応食

2日(月)

【世界の料理：アジア州】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ホウコーロー
- ・さつまいもの甘煮
- ・バナナ
- ・梨ゼリー

3日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・白身魚の甘酢あんかけ
- ・チンゲンサイと豚肉の炒め物
- ・豆苗
- ・じゃが芋のみそ汁

4日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・肉じゃが
- ・子豚焼き **(すつくね)**
- ・なすの味噌炒め
- ・きゅうりとわかめの酢の物

5日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ポークカツ
- ・人参のグラッセ **(バター抜き)**
- ・ジャーマンポテト
- ・小松菜とツナのソテー

6日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・三つ葉
- ・豆腐餅
- ・かぼちゃの天ぷら
- ・かぼちゃの煮物
- ・チンゲンサイのサラダ

通常食
対応食

9日(月)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・イタリアンチキン **(チーズ抜き)**
- ・豚肉野菜
- ・ウインナーとひじきのソテー
- ・じゃが芋
- ・ミニレモンゼリー

10日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・あじだま丼 **(卵抜き・鶏肉追加)**
- ・たらこ揚げ
- ・チンゲンサイの炒め物
- ・キャベツとツナのサラダ
- ・キャベツのみそ汁

11日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・味噌煮そば
- ・揚げきょうろ
- ・むぎの心の煮物
- ・みそ汁

12日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げの炒め物
- ・さほのソース煮
- ・鶏肉トナリ
- ・もやしのごま酢和え

13日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・ドライカレー
- ・かぼちゃコロッケ
- ・いわしとエリンギのソテー
- ・シュレンヌスープ

通常食
対応食

17日(火)

【お月見献立】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・さわらの佃煮焼き
- ・里芋の煮物
- ・小松菜と豚肉の炒め物
- ・切り干し大根の煮物
- ・みだし団子

18日(水)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・アボリタンスハグティ **(卵抜き・鶏肉・ベーコン増量)**
- ・大豆ミンチカツ
- ・チンゲンサイとコーンのソテー
- ・キャベツとツナのサラダ
- ・しそかつおのかけ

19日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・大学芋
- ・しゅうまい
- ・もぎすスープ

20日(金)

【世界の料理：アジア州】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・油淋鶏 **(ユウリンチー)**
- ・大学芋
- ・切り干し大根の炒め物
- ・ヤムウンセン

24日(火)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・オムレツ **(ハンバーグ)**
- ・野菜炒め
- ・コーンソテー
- ・フルーツ
- ・カステラ

通常食
対応食

25日(水)

【世界の料理：アジア州】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・トナリポゾ **(卵抜き・豚肉増量)**
- ・子豚
- ・りんごのペロロンチーノ
- ・もやしのアムル

26日(木)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・いわしのフライ
- ・豚肉野菜
- ・じゃがいもの塩焼き
- ・小松菜と豚肉の炒め物
- ・かぼちゃのみそ汁

27日(金)

- ・米飯
- ・牛乳
- ・豚肉とごぼうのごま黒味噌炒め
- ・肉団子の甘煮
- ・さつまいもの煮物
- ・ヨーグルト **(さくらゼリー)**

9月17日(火)お月見献立

月見は、旧暦の8月15日に美しい月を眺めながら、秋の収穫物を供えて感謝する行事です。「十五夜」や「中秋の名月」ともいいます。月見には、月見だんごや里芋などを供えます。

里芋のぬめりは「ガラクトマンナン」や「マンナン」という成分によるものです。免疫力を高めたり、おなかの調子を整える働きがあります。