

献立予定(実施)表

現場：バンデ（絆）

献立種類：常食

期間：2024/8/1～2024/8/31

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
朝食					ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（イチゴジャム） ヘルシーサラダ フルーツ缶（みかん） 低脂肪牛乳	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食					赤飯 ぶり大根 付）人参・キヌサヤ 信田巻き オクラの梅かつお和え 味噌汁（花麩）	ご飯150g チキーマスタード焼き 付）オニオン・トマト 白菜のクリーム煮 インゲンの胡麻和え 味噌汁	ゆかりご飯(半量) 焼きうどん 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁（もやし） 果物（オレンジ）
夕食					ご飯150g 豚肉の味噌炒め 付）ブロッコリー 玉子と小松菜の炒め物 ポテトサラダ コンソメスープ	ご飯150g 豆腐アヲ揚げお好み焼き風 付）グリル南瓜 人参きんぴら 菜の花のビーツ和え 味噌汁（麩）	ご飯150g 煮込みハンバーグ 付）グラッセ・ほうれん草 さつま芋のレモン煮 コンソメスープ 漬物
3時					もみじまんじゅう	バナナケーキ 紅茶	ベルギーワッフル コーヒー
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	ご飯150g 切り干し大根の煮付 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 豚肉とごぼうのうま煮 味噌汁 のり佃（パッパ） 牛乳	ご飯150g ひじき煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（ピーナッツ） パンブキンサラダ フルーツ缶（カクテル） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 のり佃（パッパ） コーヒー牛乳	パン（チョコ） さつまいもサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g チヌ入りコロッケ 付）ブロッコリー 野菜大豆煮 マカロニサラダ 味噌汁（豆腐）	☆土用の丑☆ うなぎちらし寿司 五目豆甘煮 菜の花の胡麻和え 赤だし	ビーフカレー 野菜サラダ 漬物（福神漬） フルーツヨーグルト	ご飯150g 豚肉の生姜焼き 付）ブロッコリー がんもの煮付 味噌汁（エノキ） 漬物	ご飯150g やわらか煮魚の甘酢あん 付）人参・インゲン 蓮根そぼろ 大根のおかかサラダ 味噌汁（卵）	ふりかけご飯(半量) 冷やしラーメン 春巻き 果物（バナナ）	ご飯150g 白身魚フライ 付）キャベツ 筑前煮 もやしのナムル 味噌汁（はんぺん）
夕食	麦ご飯 揚げ出し豆腐の中華あんかけ 長芋のオイスターソース炒め キャベツの浅漬け風 わかめスープ	ご飯150g 松風焼き 付）ピーマンソテー レンコンの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁（なす）	ご飯150g 親子煮 竹輪と大根の煮物 オクラのなめたけ和え すまし汁（豆腐）	ご飯150g 焼き餃子とシウマイ ほうれん草のナムル 中華スープ 杏仁豆腐～フルーツ～	ご飯150g 焼き鳥 付）グリル南瓜 じゃがいものきんぴら 胡瓜とかまの酢の物 すまし汁	ご飯150g さばの味噌煮 付）大根煮 南瓜の煮物 冷奴 すまし汁（花麩）	ご飯150g 牛すき煮 温泉卵 漬物 味噌汁（さつま芋）
3時	たい焼き(小豆)	いちごジュレ りんごジュース	蒸るカフェゼリー	一口カステラ 紅茶	牛乳ケーキ	ムンライガレットケーキ 紅茶	田舎まんじゅう
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ご飯150g 卵の花煮 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 切り干し大根煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（りんごジャム） たまごサラダ フルーツ缶（ミックス） 牛乳	ご飯150g 里芋の鶏そぼろ煮 味噌汁 のり佃（パッパ） コーヒー牛乳	パン（マカロン） パンブキンサラダ フルーツ缶（白桃） 低脂肪牛乳	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 梅びしお ヨーグルト
昼食	ご飯150g 鶏マヨ 付）スパンテー じゃがいも洋風煮 インゲンのなめ茸わさび和え 味噌汁（大根）	ご飯150g 加いの柚子味噌焼き 付）人参・キヌサヤ だし巻き卵 菜の花のからし和え すまし汁（豆腐）	豚井 胡瓜の酢の物 味噌汁（さつま芋） 果物（オレンジ）	ご飯150g ロースカツのトド煮 さきみとブロッコリーの炒め物 マカロニサラダ フルーツヨーグルト	菜飯(半量) 鶏天ぶっかけうどん【冷】 ひじき豆甘煮 サイダーゼリー	ご飯150g ミートローフ 付）ブロッコリー ジャーマンポテト インゲンのマスタード和え 味噌汁（エノキ）	ちらし寿司 絹寄せホタテしんじょう ほうれん草の白和え 赤だし（うずまき麩）
夕食	麦ご飯 豆腐ステーキあんかけ～ なすの田楽 ほうれん草と蒲鉾のサラダ ワタンスープ	ご飯150g ピーマンの肉詰め 付）粉ふき芋 ちくわのきんぴら キャベツの胡麻和え 味噌汁（しめじ）	ご飯150g 白身魚のカムカム 付）ホト・スナップエンドウ ひじき煮 さつま汁 漬物	ご飯150g 鶏肉の磯辺焼き 付）グリル南瓜 レンコンの煮物 三色なます 味噌汁（揚げ）	ご飯150g 豚肉と野菜の青椒ソース炒め えびシウマイ 菜の花と桜エビの和え物 中華スープ	麦ご飯 アジの竜田揚げ 付）大根おろし 春雨の鶏そぼろ炒め 白菜の塩昆布和え すまし汁（花麩）	ご飯150g 鶏肉のネギ塩焼き 付）ナムル ミニグラタン さつまいもサラダ コンソメスープ
3時	メープルパンケーキ	黒糖ケーキ コーヒー	バナナアイス	チョコバウム 紅茶	今川焼き	カステラ 紅茶	ぶどうゼリー
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	ご飯150g 豚肉と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 切り干し大根煮 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	パン（イチゴジャム） マカロニサラダ フルーツ缶（黄桃） 牛乳	ご飯150g ひじき煮 味噌汁 ふりかけ コーヒー牛乳	パン（チョコ） マカロニサラダ フルーツ缶（カクテル） 低脂肪牛乳	ご飯150g 白菜と厚揚げの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ハヤシライス コールスローサラダ フルーチェ	ご飯150g チキン南蛮 付）ブロッコリー 人参のたらこ金平 やみつき胡瓜 味噌汁（とろろ昆布）	ピラフ カレーコロッケ 付）キャベツ コンソメスープ フルーツ缶（カキル）	ご飯150g 白身魚のマヨネーズ焼き 付）ほうれん草・レタス 和え 信田巻き カリフラワーサラダ 豚汁	ご飯150g かに玉（天津飯） 焼き餃子 春雨サラダ 中華スープ	郷土料理～山口県～ ゆかり飯(半量) 瓦そば わかめのめた和え けんちよう汁 果物（バナナ）	カツカレー たまごサラダ 漬物（福神漬） ヨーグルト
夕食	ご飯150g 豆腐の野菜あんかけ タレ付き肉団子 菜の花の胡麻和え 味噌汁（揚げ）	ご飯150g 肉じゃが インゲンのサラダ すまし汁 漬物（しば漬け）	ご飯150g 厚揚げの肉味噌炒め しんじょうの煮物 漬物 すまし汁（卵）	ご飯150g 鶏肉の塩だれ炒め 筍のおかか煮 三色なます 味噌汁（えのき）	ご飯150g カレイの照り焼き 付）人参・インゲン じゃがいも鶏そぼろ煮 オクラの胡麻和え 味噌汁（花麩）	ご飯150g お好み焼き 蒸しなす 味噌汁（ほうれん草） 漬物（黄金漬け）	麦ご飯 鶏の生姜焼き 付）キャベツ さつま揚げの煮物 ブロッコリーの辛子和え 味噌汁（すまし汁）
3時	あんドーナツ 紅茶	バームロール コーヒー	おはぎ	たい焼き（カスタード） りんごジュース	人形焼き 紅茶	カステラドーナツ 紅茶	水ようかん
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ご飯150g ちくわ煮 味噌汁 ふりかけ 牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 梅びしお 牛乳	ご飯150g 野菜大豆煮 味噌汁 のり佃（パッパ） 低脂肪牛乳	パン（マカロン） コールスローサラダ フルーツ缶（みかん） 牛乳	ご飯150g さつま揚げの煮物 味噌汁 梅びしお コーヒー牛乳	ご飯150g 高野豆腐の煮物 味噌汁 ふりかけ 低脂肪牛乳	ご飯150g ちくわの煮物 味噌汁 ふりかけ ヨーグルト
昼食	ご飯150g サバの塩焼き 付）大根おろし 炒り豆腐 胡瓜の酢の物 具沢山汁	ご飯150g 豚肉と野菜の旨塩炒め レンコンの金平 花野菜サラダ すまし汁（花麩）	ご飯150g チキンカツおろしポン酢がけ 付）菜の花・人参 茄子と揚げの煮物 冷奴 味噌汁（わかめ）	ご飯150g 魚の唐揚げチリソース 付）ブロッコリー 鶏ごぼう スナップエンドウの錦糸和え 味噌汁（さつま芋）	ミートソースパゲティ フレンチサラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト	ご飯150g さばのゴマ味噌焼き 付）さつま芋甘煮 卵の花煮 胡瓜とかまの酢の物 すまし汁（すまし汁）	ご飯150g かき揚げ 里芋のおかか煮 赤だし（うずまき麩） 果物（オレンジ）
夕食	ご飯150g 牛肉の柳川風煮 インゲンのビーツ和え 味噌汁（もやし） 漬物	ご飯150g サワラの煮付け 付）オクラ 南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のおかか和え 味噌汁（エノキ）	ご飯150g 具たっぷりオムレツ 付）カリフラワー ジャーマンポテト コンソメスープ フルーツ缶（パイナップル）	ご飯150g 肉団子の甘酢あん ほうれん草ハムソテー ワタンスープ 漬物（高菜漬）	ご飯150g 豚肉と茄子の甘辛煮 がんもの煮付 菜の花の柚子味噌和え すまし汁（手毬麩）	ご飯150g 牛肉のチャプチェ風 もやしのナムル 卵スープ 杏仁豆腐～フルーツ～	麦ご飯 白身魚のバジル味噌焼き 付）グリル南瓜 鶏レバーの甘辛煮 オクラのマヨネーズ和え 味噌汁（しめじ）
3時	いちごロールケーキ コーヒー	レモンケーキ 紅茶	バナナカステラ	黒糖まんじゅう	ブラウニー 紅茶	ミルクまんじゅう 紅茶	水羊羹