

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 きゅうりのゆかり和え 漬け物	ご飯 みそ汁 卵の花炒り煮 オクラのおかか和え いりこみそ	ご飯 みそ汁 高野豆腐の煮物 うぐいす豆 梅干し	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 厚焼玉子 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 刻み昆布の煮物 小松菜の胡麻和え たいみそ	ご飯 みそ汁 レバーの甘辛煮 もやしの梅肉和え たらこ
	焼きそば 中華スープ 春巻き ジョア	ご飯 すまし汁 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 茄子のおろし煮 胡瓜の梅肉和え	チャーハン 中華スープ 焼き餃子 マンゴープリン	ご飯 みそ汁 アジフライ かわり金平 青梗菜としめじの和え物	ご飯 みそ汁 蒸し鶏の胡麻ソースかけ かぼちゃの甘煮 キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 鶏肉のもろみ漬け焼き 根菜煮 キャベツの梅おかか和え	ご飯 ビーフシチュー 野菜コロッケ スイカ
おやつ	ババロア	たまごボーロ	黒糖まんじゅう	ぼたぼた焼きせんべい	アイスクリーム	スイスロール	プチクッキー
夕食	ご飯 セロリのスープ 太刀魚のバジルソース焼き マカロニサラダ トマトの酢の物	ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 大根と竹輪の煮物 ほうれん草のごま和え	ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き 豚肉と舞茸の煮物 小松菜と油揚げの和え物	冷やし中華 冷やし中華つけだれ 焼売 ブロッコリーの中華和え オレンジ	ご飯 すまし汁 さわらの西京焼き 里芋のそぼろ煮 キャベツのポン酢和え	ご飯 中華スープ エビチリ 春雨サラダ 杏仁豆腐	ご飯 すまし汁 赤魚の煮つけ 炒り豆腐 胡瓜の塩昆布和え

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。