

8 月 献 立

	月	火	水	木	金	土
日にち					1	2
献立					牛肉ときのこのオイスター炒め じゃが芋のそぼろ煮 白菜と錦糸卵の和え物 おにぎりせんべい・緑茶	アジの南蛮漬け 長芋の一味炒め もやしの和え物 抹茶まんじゅう・ほうじ茶
おやつ						
エネルギー					634	554
たんぱく質					20.4	22.4
日にち	4	5	6	7	8	9
献立	タラのレモン風味焼き ひじきと大豆の煮物 焼き茄子	鶏肉の高菜炒め 青のり金平れんこん 白菜の甘酢和え	ブリの生姜煮 かぼちゃのソテー 青梗菜のお浸し	中華丼 水餃子 魚肉ソーセージとじゃが芋のマヨ和え	メバルのおろしかけ いんげんとベーコンのソテー カニとキャベツのサラダ ブルーベリーゼリー・麦茶	鶏のから揚げ 青梗菜の炒め物 カリフラワーのお浸し バームクーヘン・紅茶
おやつ	ドームケーキ(チョコ)・玄米茶	マリービスケット・ほうじ茶	しっとり饅頭(小麦)・緑茶	バナナムース・玄米茶		
エネルギー	513	543	565	675	534	635
たんぱく質	23.9	20.2	21.5	22.3	21.6	19.7
日にち	11	12	13	14	15	16
献立	ポークカレー メンチカツ サニーレタスサラダ	ホキのクリームがけ ピーマンの炒め物 もやしとハムの生姜醤油和え	親子煮 茄子の中華炒め 白菜のゆず香和え	肉団子の野菜あんかけ ごぼうとはんぺんの煮物 ミモザサラダ	ジャージャー麺 バターコーンコロケ ピーマンのじゃこ和え カットケーキ・紅茶	かれいの生姜煮 筍の炒め物 春菊としめじのお浸し ワインゼリー・玄米茶
おやつ	しっとりどら焼き(カスタード)・緑茶	豆乳クリームプリン(いちご)・玄米茶	源氏パイ・麦茶	薄皮まんじゅう・ほうじ茶		
エネルギー	599	511	567	521	669	536
たんぱく質	16.7	21.7	28.3	18.9	25.1	23.8
日にち	18 名古屋めし	19	20	21	22	23
献立	エビフライ・味噌カツの盛り合わせ じゃが芋のソテー コーンともやしの磯和え	麻婆豆腐 ごぼうの白煮 カニとキャベツのサラダ	夏野菜カレー 牛肉コロケ ツナサラダ	よだれ鶏 しろ菜とピーマンのソテー 焼き茄子	赤魚の煮付け さつま芋のそぼろ煮 大根のなます	冷しゃぶサラダ がんもの煮付け 小松菜と筍の酢味噌和え
おやつ	和のパンケーキ(黒蜜きなこ)・ほうじ茶	杏仁豆腐・麦茶	ミルクまんじゅう・ほうじ茶	ぼたぼた焼き・緑茶	オレンジゼリー・玄米茶	やわらかおかき(のりしお)・ほうじ茶
エネルギー	642	569	631	545	554	564
たんぱく質	18.3	22.3	27.4	20.3	16.9	17.9
日にち	25 郷土料理 大分県	26	27	28	29 セレクトメニュー	30
献立	鶏めし りゅうきゅう(アジの甘辛タレ焼き) ほうれん草のお浸し	メバルのあっさり煮 あんかけビーフン もやしと竹輪のおかか和え	鶏入りサラダうどん ごぼうのきんぴら 小松菜のピーナッツ和え	タラのトマトソースかけ 茄子とがんもの煮物 しろ菜のからし和え	ソーστοンカツor白身魚(タラ)フライ ツナじゃがサラダ 青梗菜の中華和え	ビーフカレー 野菜コロケ グリーンサラダ
おやつ	きなこプリン・ほうじ茶	もみじ饅頭・緑茶	牛乳ドーナツ・玄米茶	水ようかん(抹茶)ほうじ茶	ベルギーワッフル・紅茶	酒まんじゅう・麦茶
エネルギー	564	523	519	523	534	602
たんぱく質	28.3	20.7	24.6	19.9	16.8	16.3