

# 8月献立予定表

	8月1日 (日)	8月2日 (月)	8月3日 (火)	8月4日 (水)	8月5日 (木)	8月6日 (金)	8月7日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ ナムル 果物 (オレンジ)	ご飯・味噌汁 エビカツ 青昆布煮 ごぼうサラダ	ご飯・味噌汁 里芋と鶏の煮ころがし 青梗菜のごま酢和え ふわふわ卵	ご飯・味噌汁 カレイのしそ風味焼き ほうれん草のエビ炒め メロン杏仁	ご飯・スープ オムレツ ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 ベーコンチーズフライ ひとくちがんもの煮物 果物 (すいか)	ご飯・味噌汁 焼肉風 南瓜の含め煮 くるみ和え
夕	ご飯・味噌汁 鱈の煮つけ 春雨サラダ 枝豆そぼろ	ご飯・すまし汁 豚肉となすの炒め物 キャベツの生姜浸し トマトのイタリアンサラダ	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き なすのトマト煮 厚揚げのおろし煮	ご飯・味噌汁 牛肉コロッケ 青梗菜と卵の炒め和え じゃが芋とさつま揚げの煮	ご飯・味噌汁 鶏竜田揚げ (梅しそ) ひじきの炒り煮 人参サラダ	ご飯・味噌汁 赤魚の塩焼き ぜんまいの煮物 ひじきと野菜の豆腐揚げ	ご飯・味噌汁 ロールキャベツ マカロニサラダ 青菜のしらす和え

	8月8日 (日)	8月9日 (月)	8月10日 (火)	8月11日 (水)	8月12日 (木)	8月13日 (金)	8月14日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 肉団子 バンサンシー 冷やっこ	ご飯・すまし汁 生姜焼き 根菜の煮物 卵寒天	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め 肉詰めいなりの煮物 とうもろこし	ご飯・味噌汁 鶏肉の漬け焼き もやしとピーマンの卵炒め フルーツポンチ	ご飯・かき玉汁 マーボー豆腐 青菜の辛子和え 杏仁フルーツ	ご飯・味噌汁 サバのから揚げ 煮浸し きゅうり漬け	ご飯・枝豆汁 鮭の塩焼き 塩昆布和え 里芋のそぼろ煮
夕	ご飯・味噌汁 さんまの揚げ煮 キャベツのピーナツ和え エッグサラダ	ご飯・味噌汁 カニ玉 れんこんと豚肉の炒め煮 白菜と人参のごま和え	ご飯・スープ 白身魚フライ 煮浸し 春雨の酢の物	ご飯・味噌汁 ほっけの塩焼き マーボー春雨 大根サラダ	ご飯・味噌汁 赤魚のさっぱりだれ 卵炒め 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 なすと豚肉の炒め物 ほうれん草とツナのサラダ すき昆布煮	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ 金時豆

	8月15日 (日)	8月16日 (月)	8月17日 (火)	8月18日 (水)	8月19日 (木)	8月20日 (金)	8月21日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 鶏肉の中華炒め オクラと山芋のごま和え ところてん	ご飯・味噌汁 酢豚 菜の花の辛子和え メロン	ご飯・とうもろこし汁 おろしハンバーグ 根菜のコンソメ煮 フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬焼き 切干大根煮 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 筑前煮 卵寒天	ご飯・味噌汁 サンマかば焼き風 冷しゃぶ風 スイカ	ご飯・すまし汁 鶏の照り焼き ひじき炒り煮 <span style="color: red;">NEW</span> 黒ごま牛乳寒天
夕	ご飯・味噌汁 タラの煮付け マーボー南瓜 たたききゅうり	ご飯・味噌汁 かれの漬け焼き 鶏じゃが ぜんまいの和え物	ご飯・味噌汁 鮭のネギ味噌焼き 青菜の煮浸し 卵の花	ご飯・味噌汁 鶏肉朝鮮焼き マセドアンサラダ 金平ごぼう	ご飯・味噌汁 マーボーなす シーザーサラダ 南瓜シュウマイ	ご飯・スープ かぼちゃコロッケ ぜんまいの煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き ほうれん草のエビ炒め かぼちゃサラダ

	8月22日 (日)	8月23日 (月)	8月24日 (火)	8月25日 (水)	8月26日 (木)	8月27日 (金)	8月28日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 肉じゃが ほうれん草の磯和え トマト	ご飯・味噌汁 豚肉と青梗菜の卵炒め なすのじゃこサラダ 果物	ご飯・スープ 夏野菜カレー 大根サラダ 枝豆	ご飯・味噌汁 アジの梅煮 マカロニサラダ 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・味噌汁 サーモングリル 白菜とベーコンの旨煮 トマト	ご飯・味噌汁 エビフライ キャベツと竹輪の炒め物 いんげんサラダ	ご飯・味噌汁 かれの漬け焼き 卵炒め 青菜と菊のくるみ和え
夕	ご飯・味噌汁 白身フライ 南瓜と三角いなりの煮物 スペイン風オムレツ	ご飯・味噌汁 野菜コロッケ けんちん炒め 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き 竹輪の胡麻和え 人参しりしり	ご飯・味噌汁 豚ともやしのビーフン炒 三角いなりの煮物 青菜の磯和え	ご飯・スープ 鶏ときのこのトマト煮 シーフードサラダ 花野菜のおかか和え	ご飯・味噌汁 <span style="color: red;">NEW</span> 豚とズッキーニの炒め物 揚げ茄子 蒸し卵	ご飯・すまし汁 <span style="color: red;">NEW</span> ヤンニョムチキン 春雨サラダ 大学芋風

	8月29日 (日)	8月30日 (月)	8月31日 (火)
昼	ご飯・スープ 肉団子 たまごサラダ ところてん	ご飯・味噌汁 鶏じゃが 旬彩焼き 菜の花のおろし和え	ご飯・かき玉汁 酢鶏 白菜のおかか和え 果物 (洋なし)
夕	ご飯・味噌汁 キーマカレーコロッケ ふきの炒め煮 枝豆そぼろ	ご飯・味噌汁 <span style="color: red;">NEW</span> めぬけ西京焼き なすとベーコンの炒め物 きゅうりの磯和え	ご飯・味噌汁 焼き鮭 海鮮チャプチェ 冷やっこ



庄内まちづくり協同組合 虹  
 配食センター味彩  
 TEL: 24-0010  
 FAX: 33-8800

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により変更になる場合があります。