

2023年 8 月 献立表

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
	ご飯 鶏肉のカレーパン粉焼き なす炒め かぼちゃサラダ コンソメスープ I初日 - 813 kcal	ご飯 八宝菜 ビーフソテー さつま芋甘煮 中華スープ I初日 - 799 kcal	ご飯 魚のムニエルバターボン酢風 海老かつ うまい菜の煮浸し 味噌汁 I初日 - 649 kcal	ご飯 味噌カツ じゃが芋甘辛煮 野菜のマリネ 清まし汁 I初日 - 952 kcal	ビビンバ弁当 若竹煮 カリフラワーのごま和え 中華スープ I初日 - 717 kcal
	7	8	9	10	11
ご飯 冷やしきつねうどん 牛肉しぐれ煮 ほうれん草とえのきの煮浸し I初日 - 826 kcal	ご飯 酢豚 南瓜の甘煮 春雨の和え物 中華スープ I初日 - 688 kcal	炊き込みご飯 魚のおろし煮 春菊の煮浸し 糸こんにゃく和え物 味噌汁 I初日 - 639 kcal	ご飯 マスタードチキン ジャーマンポテト カリフラワー甘酢和え コンソメスープ I初日 - 927 kcal	お休みです (給食はありません) 	お休みです (給食はありません) 
14	15	16	17	18	19
お休みです (給食はありません) 	お休みです (給食はありません) 	ご飯 ミックスフライ がんもの煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 I初日 - 1060 kcal	ご飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 金平ごぼう 清まし汁 I初日 - 750 kcal	ご飯 焼きそば じゃが芋ピーマン炒め ひじきの味噌和え 中華スープ I初日 - 874 kcal	お休みです (給食はありません) 
21	22	23	24	25	26
ご飯 豚とキャバツの柚子胡椒炒め 洋風ソテー 玉ねぎと3色ピーマンマリネ 中華スープ I初日 - 544 kcal	ご飯 肉じゃが 春巻き しろ菜のお浸し 味噌汁 I初日 - 861 kcal	ご飯 魚の南蛮漬 青梗菜の中華風煮 大根わさびマヨ和え 味噌汁 I初日 - 672 kcal	オムライス スパゲティソテー 華風サラダ コンソメスープ I初日 - 513 kcal	ご飯 冷やし中華 豚肉と大根の煮物 菜の花の和え物 I初日 - 677 kcal	ご飯 鶏肉のBBQ風グリル 春雨炒め ポテトサラダ 味噌汁 I初日 - 749 kcal
28	29	30	31		
ご飯 牛肉のプルコギ風 高野豆腐の煮物 キャベツの和え物 味噌汁 I初日 - 1068 kcal	ご飯 鶏肉のチリソース ひじきの炒り煮 しろ菜の和え物 中華スープ I初日 - 717 kcal	ご飯 魚の照り焼き 冷奴 青梗菜の和え物 味噌汁 I初日 - 687 kcal	夏野菜カレー 野菜サラダ 野菜ゼリー I初日 - 803 kcal 		