



8月 献立表



2024年
サニーステージ玉川学園

						8月2日(木)	8月4日(金)	8月3日(土)
朝食					目玉焼 青梗菜のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	肉団子と里芋の煮物 ほうれん草のピーナツ和え 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁	梅菜めし雑炊 じゃが芋の旨煮 大根のしそ和え 煮豆 牛乳	
昼食					あじの南蛮漬 高野豆腐の煮物 なすのもろみ和え 御飯 すまし汁	豚肉の生姜炒め ひじきの五目煮 フルーツ 御飯 みそ汁	スパニッシュオムレツ マカロニソテー フルーツヨーグルト バターライス スープ	
おやつ					黒糖ごま蒸しばん 鶏肉のカレー炒め 煮奴 ナムル 御飯 みそ汁	いちごババロア かれのい煮付 もやしのピリ辛炒め おくらのみたけ和え 御飯 みそ汁	酒饅頭 豆腐と根菜の和風煮 はんぺんの磯辺揚げ いんげんのごまヨ和え 御飯 みそ汁	
夕食								
		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	ロールパンサンド 野菜と玉子のソテー コンソメスープ 牛乳	がんもの煮付 ほうれん草のおぼろ和え 梅干 ミックスジュース 御飯 みそ汁	炒り豆腐 カリフラワーと人参のサラダ 漬物 アップルジュース 御飯 みそ汁	肉詰いなりの煮付 菜の花のお浸し たいみそ 牛乳 御飯 みそ汁	野菜ソテー 花野菜サラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	かれのいのみりん焼 菜の花のくるみ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	かに風味雑炊 大根のそぼろ煮 キャベツの辛子和え 煮豆 牛乳	
昼食	赤魚の山椒焼 さつま揚げの煮物 蓮根とわかめの酢の物 御飯 みそ汁	冷やし豚みぞれうどん ナスの揚げ浸し 和風ポテトサラダ フルーツ	鮭の塩こうじ焼 生揚げと野菜の五目煮 冷しとろろ 麦御飯 すまし汁	油淋鶏 (クーリンチー) 小龍包 春雨の酢の物 御飯 中華スープ	豚カツ 切干大根の煮物 枝豆腐 御飯 みそ汁	チキンカレー 海草サラダ コンポート スープ	赤魚の金山寺味噌焼 さつま揚げと小松菜の煮びたし フルーツ 御飯 すまし汁	
おやつ	シュークリーム	どら焼き	味噌饅頭	クリームパン	ココアパンティン	牛乳寒天	抹茶蒸しパン	
夕食	ちぐさ焼 ピーマンとなすの煮びたし さっぱり冷奴 御飯 みそ汁	さばの味噌煮 野菜炒め ごま豆腐 御飯 すまし汁	鶏肉の山椒焼 かぼちゃの詰め煮 キャベツとみょうがの甘酢和え 御飯 みそ汁	夏野菜と豚肉の味噌炒め 冷奴 浅漬 御飯 かき玉汁	鶏肉の治部煮 金平ごぼう わかめサラダ 御飯 みそ汁	豆腐の旨煮 モヤテ風味フライ もやしのおかか和え 御飯 みそ汁	牛肉ときのこの炒め煮 さつまいもサラダ 酢の物 御飯 みそ汁	
		8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	8月16日(金)	8月17日(土)
朝食	スクランブルエッグ マカロニサラダ コンソメスープ パン 牛乳	生揚げの土佐煮 菜の花のごま和え 漬物 ミックスジュース わかめ御飯 みそ汁	チーズリゾット スクランブルエッグ スパゲティサラダ ジュース	巣ごもり卵 白菜のお浸し のり佃煮 牛乳 御飯 みそ汁	焼き魚 (あじ) 青菜のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	がんもの煮物 白菜のお浸し 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁	にら玉雑炊 大根の味噌煮 菜の花のくるみ和え 煮豆 牛乳	
昼食	鶏肉のみょうが焼き じゃが芋のそぼろあん ほうれん草のごまヨネズ和え 御飯 みそ汁	白身魚の味噌チーズ焼き 揚げじゃがのさっと煮 竹輪とオクラの和え物 とろろこし御飯 すまし汁	照り焼きハンバーグ ジャーマンポテト 春雨サラダ 御飯 みそ汁	そうめん かき揚げ 胡瓜の酢味噌和え ピーチヨーグルト	ドライカレー さつまいも入りポテトサラダ フルーツ スープ	オムライス スパゲティサラダ フルーツ きのこスープ	あじフライ ゴーヤの炒めもの 浅漬 御飯 みそ汁	
おやつ	黒糖饅頭	トマトゼリー	きなこプリン 黒みつがけ	あんぱん	水ようかん	抹茶ゼリー	水まんじゅう	
夕食	松風焼 焼豆腐と野菜の煮物 昆布豆 御飯 みそ汁	クリーミーコロッケ ひじき炒め煮 フルーツ 御飯 みそ汁	親子煮 とうがんの田楽 いんげんのわさびヨネズ和え 御飯 すまし汁	ほっけの塩焼き ツナじゃが 浅漬 御飯 みそ汁	鶏肉の黒酢あん かぼちゃのいとこ煮 オクラのおろし和え 御飯 みそ汁	赤魚の煮付 豆腐の生姜あんかけ 酢の物 御飯 みそ汁	炒り鶏 さつまいものレモン煮 キャベツとかにかまのお浸し 御飯 みそ汁	
		8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)	8月24日(土)
朝食	フレンチトースト ベーコンとほうれん草のソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ 牛乳	はんぺんと野菜の煮物 菜の花の和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	ほうれん草と生揚げのじゃこ炒め なめたけ和え 漬物 アップルジュース 御飯 みそ汁	さばの塩焼 カリフラワーと人参のサラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	豆腐ステーキ そぼろあんかけ 白菜のお浸し 梅干 牛乳 御飯 みそ汁	目玉焼 チンゲンサイのお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	しらす雑炊 大根のそぼろ煮 もやしのおかか和え 煮豆 牛乳	
昼食	中華丼 二色シューマイ フルーツ 漬物 スープ	鶏肉のさっぱりみぞれがけ 南瓜のおかかマヨ和え ごま豆腐 枝豆ご飯 みそ汁	ツナトマトスパゲティ エッグサラダ フルーツ コンソメスープ	赤飯 夏野菜の天ぷら 青梗菜のみたけ和え りんごのコンポート みそ汁	チキン南蛮 切り昆布の煮物 バナナムース 御飯 みそ汁	白身魚の蒲焼 茶碗蒸し きゅうりとみょうがの浅漬 炊込み御飯 みそ汁	 コーヒゼリー	
おやつ	白玉すんだ	紅茶ケーキ	チョコパン	レモンボンジケーキ	フルーツ寒天			
夕食	白身魚の磯マヨネーズ焼 がんもの煮物 昆布豆 御飯 みそ汁	豚肉と小松菜の山椒炒め 長芋と野菜の白煮 いんげんのピーナツ和え 御飯 みそ汁	五目豆腐 春巻 しょうが和え 御飯 みそ汁	豚肉の生姜焼き 冬瓜のかに風味あんかけ 煮豆 御飯 みそ汁	あじのごまだれ焼 野菜の炊合せ 酢の物 御飯 みそ汁	鶏肉の味噌炒め 竹輪の磯辺揚げ カリフラワーのさっぱり和え 御飯 すまし汁	とうがんと豚肉の中華煮 甘酢肉団子 春雨和え 御飯 中華スープ	
		8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)
朝食	お魚ソーセージと野菜のソテー さつま芋サラダ パン コンソメスープ 牛乳	生揚げと野菜の煮物 キャベツとツナの和え物 佃煮 ミックスジュース 御飯 みそ汁	トマトリゾット スクランブルエッグ スパゲティサラダ ジュース	さけの塩焼 ほうれん草のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	ウィンナーのケチャップ炒め 花野菜サラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	目玉焼 ピーナツ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	きのこ雑炊 大根と油揚げの煮物 チンゲンサイのみたけ和え 煮豆 牛乳	
昼食	白身魚のゆかり揚げ 高野豆腐の玉子とじ 冷しとろろ 御飯 みそ汁	麻婆豆腐 点心 ナムル 御飯 ワカメスープ	烏天 切干大根の煮物 青菜の辛子和え 御飯 みそ汁	冷やし山菜とろろそば コロッケ ごぼうサラダ フルーツ	五目チャーハン えびのチリソース風炒め 枝豆の中華サラダ 漬物 中華スープ	ポークカレー グリーンサラダ バナナヨーグルト コンソメスープ	チキンピカタ 青菜とエリンギのソテー フルーツ ピラフ コンソメスープ	
おやつ	あんみつ	冷やしおしるこ	マンゴープリン	あんぱん	スイスロール	チョコレートババロア	ココアワッフル	
夕食	牛肉のしぐれ煮 なすの田楽 浅漬 御飯 すまし汁	鶏肉となすのやわらか煮 笹かまぼこ オクラのおろし和え 御飯 みそ汁	かに玉風 ピーマンソテー 中華サラダ 御飯 中華スープ	肉豆腐 ちくわのカレー風味天ぷら 三色なます 御飯 みそ汁	さばの塩焼 串麩のそぼろ煮 酢の物 御飯 みそ汁	擬製豆腐あんかけ 筑前煮 浅漬 御飯 みそ汁	白身魚のボン酢焼 かぼちゃのそぼろあんかけ 菜の花のわさび和え 御飯 みそ汁	

※献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。