Monthly Menu 2024年8月

日付		朝食 A	昼食 A	夕食 A	行事
1	(木)	ポークカレー マカロニサラダ グリーンサラダ(フライドオニオン) ヤクルト 953 kcal	ライス 肉うどん オニオンフライ キノコと青菜の柚子しょうゆ フルーツゼリー 1199 kcal	ライス 白身魚フライ　タルタルソース 焼売 白菜としめじのお浸し チンゲン菜と大根の中華スープ 918 kcal	
2	(金)	ライス ハムカツ ブロッコリーの中華和え たまごサラダ わかめスープ 929 kcal	ガパオ風 枝豆のツナマヨ和え ジョア ほうれん草と玉葱のスープ 927 kcal	ライス チキングリル　きのこマヨソース フライドポテト 海藻レモンサラダ ズッキーニと玉葱のコンソメスープ 1103 kcal	
3	(土)	ライス フライドチキン ピーマンのじゃこ和え オレンジ コンソメ野菜スープ 817 kcal	豚焼肉丼 スパゲッティサラダ 杏仁フルーツ 玉葱と人参の中華スープ 1036 kcal	ライス メンチカツ 小松菜のなめ茸おろし 五目豆 わかめと巻き麸の味噌汁 1021 kcal	
4	(日)	ライス さわらの塩焼き ひじきと切干大根のきんぴら オクラの梅和え キャベツと豆腐の味噌汁 715 kcal	ライス チキンカツのピリ辛香味だれ レンコーンサラダ 青菜と白菜のぽん酢がけ 豆腐とわかめの味噌汁 761 kcal	ライス 豚肉のトマト煮込み 茄子とほうれん草のソテー かぼちゃとじゃがいものサラダ コーンスープ 1039 kcal	
5	(月)	ライス キーマカレー マカロニサラダ グリーンサラダ 834 kcal	ライス 韓国風ピリ辛うどん 春雨サラダ プリン 913 kcal	ライス 鶏肉と野菜の味噌炒め 餃子 切干の青じそ風味 小松菜と大根の味噌汁 918 kcal	
6	(火)	ライス ビッグ焼売 大根ときゅうりのキムチ和え キャベツの塩昆布和え えのきとわかめの味噌汁 572 kcal	ハヤシライス コーンサラダ もやしの胡麻ポン酢 フルーツゼリー 1005 kcal	ライス 豚焼肉ともやしのねぎソース スパゲッティーサラダ 栗かぼちゃの含め煮 豆腐となめこの味噌汁 1018 kcal	
7	(水)	ライス ベーコンとブロッコリーのソテー 人参と水菜のサラダ コンソメ野菜スープ 804 kcal	ライス 和風つけ麺 魚介つけだれ 大根とゆず皮の和え物 野菜ジュース 935 kcal	ライス アジフライ 緑黄色野菜のおかか和え 中華ペンネ じゃが芋と人参の味噌汁 960 kcal	
8	(木)	牛すき丼 蒸し鶏ともやしのナムル グリーンサラダ ヨーグルト(いちご+ブルーベリー) 939 kcal	ライス 和風ソース　ハンバーグ 青梗菜のお浸し フライドポテト わかめスープ 913 kcal	ライス 豚ロース肉の照り焼き マカロニサラダ ほうれん草と玉葱のソテー 大根とわかめの味噌汁 1014 kcal	
9	(金)	ライス フライドチキン オニオンサラダ ポテトサラダ ミネストローネ 921 kcal	ライス 麻婆春雨 小松菜とコーンの和え物 チーズ入り芋もち 玉葱と人参の中華スープ 1011 kcal	ライス スパイシーケイジャンチキン いんげんのゴマ塩和え キャロットラペ 白菜とお麸の味噌汁 1040 kcal	
10	(土)	ライス 豚肉とキャベツの味噌炒め 白菜とツナの柚子風味 小松菜と油揚げの味噌汁 899 kcal	ライス 鶏唐揚げの豆板醤ソースがけ ポテトの明太ソース もやしとひじきのナムル 豆腐とわかめの味噌汁 1065 kcal	ライス 豚キムチ炒め 白身魚フライ コーンとエンドウのマヨソース 青梗菜と玉葱のスープ 976 kcal	
11	(日)	ライス 照り焼きつくね 蒸し鶏とブロッコリーの胡麻和え 切干大根 じゃがいもともやしの味噌汁 863 kcal	ライス カルボナーラ コロッケ みかん缶(発注修正　みかん缶1号缶へ) 洋野菜スープ 1230 kcal	ライス 豚肉の中華炒め ごま団子 小松菜としめじのおかか和え キャベツと人参の中華スープ 914 kcal	山の日
12	(月)	ライス ポテトエッグ 蒸し鶏とピーマンのソテー バナナ 玉葱とコーンのスープ 861 kcal	ライス 豚バラと豆腐のトマト旨煮 青梗菜ともやしの炒め フルーツカクテル キャベツと人参のコンソメスープ 947 kcal	ライス 鶏の唐揚げ ごぼうの中華サラダ インゲンの胡麻マヨ和え お麸となめこの味噌汁 974 kcal	振替休日
13	(火)	ライス 肉野菜炒め スパゲティサラダ 小松菜ともやしの味噌汁 912 kcal	ライス とんこつラーメン 焼き餃子 海藻のさっぱりサラダ ヨーグルト(いちご+ブルーベリー) 908 kcal	ライス ハンバーグ　トマトソース フライドポテト 花野菜のコンソメ煮 キャベツと玉葱のスープ 938 kcal	
14	(水)	ライス チキンナゲット グリーンサラダ ピーマンのツナ和え コーンスープ 819 kcal	ライス チーズと大葉の竜田揚げ ごぼうとひじきのサラダ 菜の花のお浸し わかめスープ 877 kcal	ライス 豚肉のオイスター炒め おくらのおかか和え 蒸し鶏のバンバンジーソース じゃが芋と人参の味噌汁 930 kcal	
15	(木)	ハヤシライス ポテトサラダ コーンサラダ 野菜ジュース 1038 kcal	ライス 冷やしきつねうどん レンコンはさみ天ぷら もやしとメンマの中華和え フルーツゼリー(りんご+ぶどう) 832 kcal	ライス 鶏チャーシュー 白滝ときのこのピリ辛炒め 厚揚げと野菜の煮物 玉子スープ 1013 kcal	
16	(金)	ライス 牛肉コロッケ ほうれん草とベーコンのソテー オレンジ ミックスベジコンソメスープ 931 kcal	スタミナ丼 華イカとブロッコリーのイタリアン風 カボチャサラダ 979 kcal	ライス ポークグリル　バーベキューソース オニオンリング 枝豆コーンマヨ 玉葱と人参のコンソメスープ 1163 kcal	

日付		朝食 A	昼食 A	夕食 A	行事
17	(土)	ライス ミートボール ハムと野菜のコンソメソテー ほうれん草のお浸し チンゲン菜とえのきの味噌汁 781 kcal	ライス チキンのきのこクリームソース グリーンサラダ コーンとポテトのピーナツ和え マカロニのコンソメスープ 898 kcal	ライス 油淋鶏風香味ダレ シュウマイ 玉葱と春雨のピリ辛和え わかめスープ 954 kcal	
18	(日)	ライス 根菜鶏つくねハンバーグ キャベツとツナのうま塩サラダ フライドポテト 油揚げと玉葱の味噌汁 888 kcal	ライス 茄子のトマトソースパスタ 白身魚フライ 愛玉子(オウギョウチィ) コーンスープ 987 kcal	ライス 鶏肉のうま辛味噌炒め ひじきと大豆の煮物 きのこ炒め ほうれん草と大根の中華スープ 924 kcal	
19	(月)	ライス フライドチキン チップドサラダ マカロニサラダ ポテトと人参のスープ 869 kcal	ライス 豚肉と根菜の甘辛きんぴら もずく酢 菜の花のお浸し 玉葱と油揚げの味噌汁 943 kcal	ライス 揚げ餃子の四川ソース 野菜の中華炒め オレンジ 白菜ときくらげの中華スープ 853 kcal	
20	(火)	ライス ハンバーグ 小松菜のごま和え はすのきんぴら キャベツと油揚げの味噌汁 821 kcal	ライス 豚焼肉の冷麺 焼売 チンゲン菜の胡麻ポン酢 ヨーグルト 945 kcal	ライス 牛肉とごぼうの柳川風 大根とえんどうのコンソメ煮 もやしと人参のごま塩和え 豆腐とわかめの味噌汁 911 kcal	
21	(水)	ライス ベーコンと野菜のソテー 玉子サラダ 洋野菜スープ 949 kcal	和風ナシゴレン オクラの塩昆布和え 人参と玉子の炒め 小松菜と大根のスープ 898 kcal	ライス タンドリーチキン ペンネナポリタン ブロッコリーの青煮 コーンスープ 924 kcal	
22	(木)	豚丼 グリーンサラダ ポテトサラダ ヨーグルト(いちご+ブルーベリー) 900 kcal	ライス イカと野菜のオイスター焼きそば キャベツのピーナッツ和え たいやき わかめスープ 834 kcal	ライス 鶏の七味焼き チンゲン菜ともやしのナムル 切干大根の煮物 白菜と玉葱の味噌汁 915 kcal	
23	(金)	ライス チキンカツ 茹で野菜のサラダ ほうれん草とマカロニソテー ズッキーニと人参のスープ 813 kcal	ポークカレー ビーンズサラダ ごぼうツナマヨ ヤクルト 959 kcal	ライス 鯖の生姜煮 里芋の揚げ出し 大根の梅和え えのきと小松菜の味噌汁 983 kcal	
24	(土)	ライス 照焼肉団子 小松菜とコーンの炒め 粉ふき芋 玉葱と油揚げの味噌汁 892 kcal	ライス 鶏の唐揚げ　明太マヨソース ベーコンとピーマンのソテー 黄桃ダイス(1040219へ変更をかける) 豆腐とわかめの味噌汁 1052 kcal	ライス 豚のピリ辛炒め ツナとエンドウ豆のサラダ 白菜といかの酢味噌がけ 洋野菜スープ 936 kcal	
25	(日)	ライス ポークウインナー 彩野菜ソテー ごぼうサラダ わかめと大根の味噌汁 938 kcal	ライス ロースとんかつ 大根キムチ 蒟蒻オレンジゼリー 根菜汁 1213 kcal	ライス チキンのチリソース 海藻の中華サラダ ごま団子 玉葱と人参のスープ 1035 kcal	
26	(月)	ライス クリームシチュー 野菜コロッケ グリーンサラダ 野菜ジュース 999 kcal	ライス 鶏の焼肉炒め いんげん柚子しょうゆ おさつスティック 小松菜と大根の味噌汁 1003 kcal	ライス ハンバーグ　ジンジャーソース コーンサラダ フライドポテト ほうれん草と人参のスープ 923 kcal	
27	(火)	ライス 厚揚げの五目野菜炒め ビーマンのごま和え えのきとわかめの味噌汁 766 kcal	ライス 冷やしかき揚げうどん 焼き餃子 もやしとハムの豆板醤和え ヨーグルト(いちご+ブルーベリー) 984 kcal	ライス 豚肉の甘酢炒め 春雨と胡瓜の中華和え物 大根のそぼろあん 白菜の中華スープ 993 kcal	
28	(水)	ライス ブロッコリーと卵のソテー ソイミートソーススパゲティ ポテトサラダ 玉葱とコーンのスープ 853 kcal	ライス チーズと大葉の竜田揚げ焼き 菜の花とコーンの炒め物 海藻のわさび和え おつゆ麸とほうれん草の味噌汁 911 kcal	ライス サーモンのねぎ味噌焼き 人参ともやしのナムル 揚げ茄子の薬味ソース わかめスープ 854 kcal	
29	(木)	チキンカレー マカロニサラダ オニオンサラダ ヨーグルト(桃) 910 kcal	ライス 豚肉の生姜焼き 白身魚フライ 白菜の磯香和え さつま芋とキャベツの味噌汁 930 kcal	ライス 鶏肉の和風野菜炒め 青梗菜のごま和え たいやき 小松菜と玉葱の味噌汁 1048 kcal	
30	(金)	ライス 牛肉コロッケ えんどう豆の中華和え バナナ ミックスベジスープ 924 kcal	麻婆豆腐丼 キャベツともやしのナムル ほうれん草のしらすポン酢 わかめと玉葱の中華スープ 948 kcal	ライス 蒸し鶏の胡麻ソースかけ 白菜とハムの炒め いんげんのおかか和え チンゲン菜と人参の中華スープ 1027 kcal	
31	(土)	ライス 照り焼きつくね オクラのごま和え 出汁巻き玉子 じゃが芋とわかめの味噌汁 881 kcal	鶏そぼろ炒飯 焼売 蒸し鶏と胡瓜の中華和え チンゲン菜と大根の中華スープ 876 kcal	ライス 豚肉の南蛮焼き 小松菜としめじの柚子風味 五目豆 白菜と巻き麸の味噌汁 996 kcal	

※国旗が表示してあるメニューはその国の代表料理です。世界の国の食文化を考えながら食事を提供しています。