

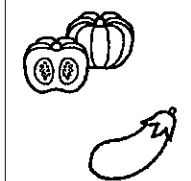
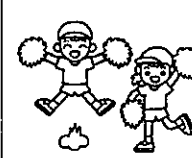

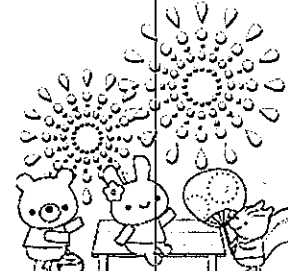

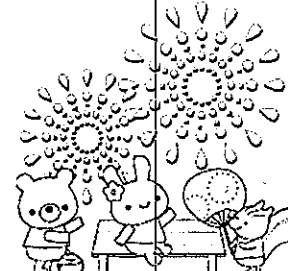







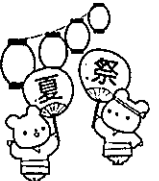
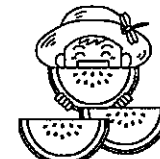


# ★ 8月 かえで 献立表 ★

	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	14 月	15 火
	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>鶏の照り焼き</li> <li>とりにく</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>■プロッコリーのわかか和え</li> <li>プロッコリー</li> <li>にんじん</li> <li>かつおぶし</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>■みそしる</li> <li>みそ</li> <li>とろろ</li> <li>あげ</li> <li>青ねぎ</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>スタミナ炒め</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>えのき</li> <li>青ねぎ</li> <li>みそ</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みりん</li> <li>■オクラの胡麻和え</li> <li>おくら</li> <li>にんじん</li> <li>白ごま</li> <li>濃口しょうゆ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>冷やしきつねうどん</li> <li>うどん</li> <li>あぶらあげ</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>削りぶし</li> <li>わかめ</li> <li>青ねぎ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> <li>しお</li> <li>さとう</li> <li>淡口しょうゆ</li> <li>みりん</li> <li>■野菜炒め</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>さやいんげん</li> <li>キャノーラ油</li> <li>鶏がらスープ</li> <li>しお</li> <li>濃口しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■夏野菜カレー</li> <li>米</li> <li>豚ひき肉</li> <li>じゃがいも</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャノーラ油</li> <li>カレーパウダー</li> <li>かぼちゃ</li> <li>なす</li> <li>ピーマン</li> <li>キャノーラ油</li> <li>■プロッコリーのサラダ</li> <li>プロッコリー</li> <li>たまねぎ</li> <li>ツナ</li> <li>マヨネーズ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚丼</li> <li>米</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>青ねぎ</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みりん</li> <li>■オクラの和え物</li> <li>おくら</li> <li>にんじん</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>みそしる</li> <li>みそ</li> <li>わかめ</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■鮭の塩焼き</li> <li>秋鮭</li> <li>■がんとん</li> <li>煮どき</li> <li>がんとん</li> <li>にんじん</li> <li>きぬぎ</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みそ</li> <li>■みそしる</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■キンカツ</li> <li>とりにく</li> <li>しお</li> <li>こめ粉</li> <li>かたくり粉</li> <li>だいづ</li> <li>キャノーラ油</li> <li>■キャベツの酢の物</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>■プロッコリーのサラダ</li> <li>プロッコリー</li> <li>たまねぎ</li> <li>ツナ</li> <li>マヨネーズ</li> <li>■みそしる</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>豚肉と玉ねぎの甘辛煮</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>糸こんにやく</li> <li>さとう</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>■ほうれん草のごま和え</li> <li>ほうれん草</li> <li>ごま油</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>みそしる</li> <li>みそ</li> <li>■はくさい</li> <li>はくさい</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ナポリタン</li> <li>スパゲティ</li> <li>鶏ひき肉</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>トマト</li> <li>ケチャップ</li> <li>さとう</li> <li>■ミニトマト</li> <li>ミニトマト</li> <li>プロッコリー</li> <li>にんじん</li> <li>マヨネーズ</li> <li>しお</li> </ul> 	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">山の日</p> 	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">墓参休み</p> 	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当日</p> 	<p style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">お弁当日</p> 
10時	■クラッカー	■クラッカー	■クラッカー	■クラッカー	■チーズ	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■クラッカー	■ココナッツサブレ		
3時	■フルーツ(カクテル缶)	■セサミクッキー	■ゆかりおにぎり	■フルーツ(みかん缶)	■ココナッツサブレ	■お麩のラスク	■フルーツ(もも缶)	■ポップコーン	■コーンバター				

	16 水	17 木	18 金	19 土	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	28 月	29 火	30 水	31 木
	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>豚肉の生姜炒め</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>えのき</li> <li>青ねぎ</li> <li>みそ</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みりん</li> <li>■ひじき煮</li> <li>ひじき</li> <li>にんじん</li> <li>あぶらあげ</li> <li>きぬぎ</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>削りぶし</li> <li>■みそしる</li> <li>みそ</li> <li>ほうれん草</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>みそうどん</li> <li>うどん</li> <li>とりにく</li> <li>さいの</li> <li>にんじん</li> <li>えのき</li> <li>青ねぎ</li> <li>みそ</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みりん</li> <li>■オクラの胡麻和え</li> <li>おくら</li> <li>にんじん</li> <li>白ごま</li> <li>濃口しょうゆ</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■チキンカレー</li> <li>米</li> <li>とりにく</li> <li>じゃがいも</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャノーラ油</li> <li>カレーパウダー</li> <li>パイヨン</li> <li>■コールドスローサラダ</li> <li>きゅうり</li> <li>にんじん</li> <li>■マヨネーズ</li> <li>マヨネーズ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>麻婆丼</li> <li>米</li> <li>とろろ</li> <li>肉</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>しょうが</li> <li>みそ</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>鶏がらスープ</li> <li>ごま油</li> <li>■インゲンの中華和え</li> <li>さやいんげん</li> <li>にんじん</li> <li>ごま油</li> <li>■中華スープ</li> <li>たまねぎ</li> <li>わかめ</li> <li>鶏がらスープ</li> <li>淡口しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■鮭の塩焼き</li> <li>さば</li> <li>しお</li> <li>■高野豆腐の煮物</li> <li>高野豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>糸こんにやく</li> <li>キャノーラ油</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>削りぶし</li> <li>だし昆布</li> <li>みそ</li> <li>■ほうれん草と白濁の和えもの</li> <li>ほうれん草</li> <li>ごま油</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>みそしる</li> <li>みそ</li> <li>えのき</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■鶏肉のボン酢炒め</li> <li>とりにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>ポンス</li> <li>しお</li> <li>キャノーラ油</li> <li>■プロッコリーの和え物</li> <li>プロッコリー</li> <li>にんじん</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>みそしる</li> <li>みそ</li> <li>えのき</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>冷やし中華風</li> <li>小麦中華めん</li> <li>ハム</li> <li>緑豆</li> <li>もやし</li> <li>きゅうり</li> <li>ツナ</li> <li>水</li> <li>コーン</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>■鶏がらスープ</li> <li>鶏がらスープ</li> <li>ごま油</li> <li>■金平ごぼう</li> <li>ごぼう</li> <li>にんじん</li> <li>ごま油</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>白ごま</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ポークカレー</li> <li>米</li> <li>ぶたにく</li> <li>じゃがいも</li> <li>たまねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャノーラ油</li> <li>カレーパウダー</li> <li>パイヨン</li> <li>■スパゲティサラダ</li> <li>スパゲティ</li> <li>にんじん</li> <li>きゅうり</li> <li>マヨネーズ</li> <li>しお</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■鶏のすき焼き風丼</li> <li>米</li> <li>とりにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>糸こんにやく</li> <li>にんじん</li> <li>青ねぎ</li> <li>キャノーラ油</li> <li>さとう</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>■ほうれん草の和えもの</li> <li>ほうれん草</li> <li>ごま油</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>みそしる</li> <li>みそ</li> <li>わかめ</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■たららの煮付け</li> <li>たらら</li> <li>しょうが</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>■炒めなます</li> <li>切干だいこん</li> <li>にんじん</li> <li>ごま油</li> <li>■みそしる</li> <li>みそ</li> <li>あぶらあげ</li> <li>青ねぎ</li> <li>みそ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>米</li> <li>■ポークチャップ</li> <li>ぶたにく</li> <li>たまねぎ</li> <li>マッシュルーム</li> <li>ケチャップ</li> <li>さとう</li> <li>■キャノーラ油</li> <li>キャノーラ油</li> <li>■じゃがいも</li> <li>じゃがいも</li> <li>にんじん</li> <li>マヨネーズ</li> <li>しお</li> <li>■スープ</li> <li>コーン</li> <li>たまねぎ</li> <li>パイ</li> <li>しお</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■五目うどん</li> <li>うどん</li> <li>とりにく</li> <li>めい</li> <li>はくさい</li> <li>にんじん</li> <li>青ねぎ</li> <li>だし昆布</li> <li>削りぶし</li> <li>さとう</li> <li>淡口しょうゆ</li> <li>みりん</li> <li>■インゲンのごま和え</li> <li>さやいんげん</li> <li>にんじん</li> <li>濃口しょうゆ</li> <li>さとう</li> <li>白ごま</li> </ul> 		
10時	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■クラッカー	■赤ちやんせんべい	■ココナッツサブレ	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■赤ちやんせんべい	■クラッカー	■ココナッツサブレ	■ココナッツサブレ	
3時	■フルーツ(みかん缶)	■おほかおにぎり	■フルーツ(カクテル缶)	■源氏パイ	■クラッカー	■フルーツ(もも缶)	■ココアクッキー	■菜めしおにぎり	■フルーツ(みかん缶)	■ココナッツサブレ	■ボンマンマロ	■抹茶クッキー	■フルーツ(みかん缶)	