

令和3年8月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|--|---|---|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 夏のドライカレー じゃがいもとツナの煮物 きゅうりのゆかり和え フルーツ | ご飯 鯖の梅マヨネーズ焼き えびと野菜のマリネ風 なめこ汁 フルーツ | パン ポークチャップ ひじきの和風サラダ じゃがいものスープ フルーツ | マーボー豆腐丼 切干大根の煮物 青菜とキャベツの和え物 フルーツ | ご飯 鶏肉と揚げなすの南蛮漬け レタスのきのこ和え 豆腐の味噌汁 フルーツ |
| お麩ラスク 牛乳 | お好み焼きパン 牛乳 | じゃこおにぎり お茶 | ゆでとうもろこし 牛乳 | ポテトもち 牛乳 |
|  |  |  |  |  |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | とうもろこしご飯 手羽元のトマト煮 ナムル きのこの味噌汁 フルーツ りんごゼリー | パン 冷やし中華 鶏の生姜焼き キャベツのツナ和え フルーツ たらこチーズのおにぎり お茶 | ご飯 鮭のピザ焼き いんげんのごまマヨネーズ 夏野菜の味噌汁 フルーツ メロンパン 牛乳 | |
| |  |  |  | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | ピビンバ丼 じゃがいもの煮物 きゅうりの土佐和え 麩の味噌汁 フルーツ にんじんクッキー 牛乳 | きのこピラフ カレイの唐揚げレモンソース キャベツの昆布和え 野菜スープ フルーツ 杏仁豆腐パフェ | ご飯 厚揚げの味噌炒め マカロニサラダ わかめのすまし汁 フルーツ 梅おかかおにぎり お茶 | パン とんかつ風オープン焼き パプリカサラダ ミネストローネ フルーツ 豆乳くずもちいちごソースかけ 飲むヨーグルト |
| |  |  |  |  |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 夏野菜カレー あらめの炒め煮 きゅうりとトマトの酢の物 フルーツ 黒蜜きなこわらびもち 牛乳 | パン 豚肉の磯焼き おくらのマヨサラダ さつまいもの豆乳汁 フルーツ まっ黒くろすけおにぎり お茶 | ご飯 鶏つくねの梅しそ風味 きゅうりの中華和え なすの味噌汁 フルーツ 野菜蒸しパン 牛乳 | ご飯 さばの味噌漬け焼き ハリハリサラダ 冬瓜汁 フルーツ 鶏そぼろおにぎり お茶 | 青菜おにぎり 冷やしそうめん 油淋鶏 粉ふきいも フルーツ ミルクトースト 牛乳 |
|  |  |  |  |  |
| 30 | 31 | | | |
| 親子丼ぶり かぼちゃの煮物 三色酢の物 フルーツ じゃこかりんとう 牛乳 | ご飯 焼きししゃも (ひよこ・りす…白身魚) そうめん瓜の中華和え 肉吸い・フルーツ かぼちゃのガレット 牛乳 | | | |
|  |  | | | |