

8月の献立表

10日前に次の献立表（10日間）を作成。

※仕入れの状況で一部メニューの変更、前後する場合があります。また、個別に事情がある方は別途ご相談ください。

日	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
1	火	チーズトースト・サラダ スープ・ヨーグルト	回鍋肉・焼売・ザーサイ ごはん・スープ・くだもの	杏仁豆腐	冷しゃぶ しらすおろし丼・味噌汁
2	水	そばろ丼・お漬物 味噌汁	お刺身・煮物・お漬物 ごはん・味噌汁・くだもの	プリン	キムチチャーハン もやしナムル・スープ
3	木	ホットドック・サラダ スープ・ヨーグルト	ミニざるそば・ミニ天丼 お漬物・くだもの	シャーベット	ローストビーフ・ロールキャベツ サラダ・ごはん・スープ
4	金	焼き魚・卵焼き・お漬物 ごはん・味噌汁	ミートオムレツ・サラダ 炊き込みごはん・豚汁・くだもの	牛乳寒天	冷やし中華 焼きおにぎり
5	土	三種サンドイッチ・サラダ スープ・ヨーグルト	お好み焼き・焼きそば スタミナ焼き・スープ・くだもの	チョコタルト	バターチキンカレー サラダ・スープ
6	日	おにぎり・ウィンナー・お漬物 味噌汁	すき焼き丼・サラダ・お漬物 味噌汁・くだもの	チーズケーキ	棒棒鶏・茄子のおひたし トマトサラダ・ごはん・スープ
7	月	ロールパンサンド・サラダ スープ・ヨーグルト	しょうが焼き・サラダ・お漬物 ごはん・味噌汁・くだもの	あんみつ	肉うどん 五目いなり
8	火	雑炊・煮物・お漬物 くだもの	煮込みハンバーグ・サラダ ごはん・スープ・くだもの	シフォンケーキ	ガパオライス サラダ・スープ
9	水	フルーツサンド・サラダ スープ・ヨーグルト	ビーフシチュー・サラダ ごはん・スープ・くだもの	アイスクリーム	ネギトロ丼・お漬物 味噌汁

10	木	焼鮭・納豆・のり ごはん・味噌汁	麻婆豆腐・餃子・ザーサイ ごはん・スープ・くだもの	コーヒーゼリー	昔ながらのナポリタン サラダ・スープ
11	金	ピザトースト・サラダ スープ・ヨーグルト	チキン南蛮・サラダ ごはん・味噌汁・くだもの	ロールケーキ	肉じゃが・アボカド刺身 炊き込みごはん・豚汁
12	土	玉子トマト炒め・お漬物 ごはん・スープ	和風サラダうどん・冷奴 スープ・くだもの	和菓子	中華丼・焼売 サラダ・スープ
13	日	三種サンドイッチ・サラダ スープ・ヨーグルト	豚角煮・春雨サラダ・ザーサイ ごはん・スープ・くだもの	豆乳花	香味蒸し鶏・サラダ ごはん・スープ
14	月	目玉焼き・ベーコン・サラダ ごはん・味噌汁	とんかつ・キャベツサラダ ごはん・味噌汁・くだもの	フルーツムース	オムライス サラダ・スープ
15	火	オムレツロールパン・サラダ スープ・ヨーグルト	冷やしラーメン・高菜ごはん くだもの	プリン	焼き魚・和え物・お漬物 ごはん・味噌汁
16	水	そばろ丼・お漬物 味噌汁	チキंगाーリックソテー・サラダ ごはん・味噌汁・くだもの	杏仁豆腐	ざるそば・五目いなり デザート
17	木	おにぎり・玉子焼き・お漬物 味噌汁	ハヤシライス・サラダ スープ・くだもの	シャーベット	お刺身・なめろう・冷奴 ごはん・味噌汁
18	金	雑炊・和え物・お漬物 くだもの	チーズハンバーグ・サラダ ごはん・味噌汁・くだもの	タルト	麻婆茄子・餃子 ごはん・スープ
19	土	フルーツサンド・サラダ スープ・ヨーグルト	ひつまぶし ごはん・味噌汁・くだもの	チーズケーキ	すき焼き・サラダ・お漬物 ごはん・味噌汁
20	日	焼鮭・納豆・のり ごはん・味噌汁	五目冷やし中華 スープ・くだもの	アイスクリーム	カレーライス・サラダ くだもの