

グランデージ北湘南「安心ハウス」 8月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
				1	2	3	4	
朝				ご飯 味噌汁(厚あげ 大根菜) 牛乳 焼き魚(大根おろし オレンジ) キャベツの辛し和え 香の物	ご飯 味噌汁(豆腐 わかめ 長ネギ) 牛乳 盛り合わせ(シーチキンオムレツ 生野菜 トマト) 根野菜炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛乳 煮物(里芋 人参 鶏もも 筋 イングン) 温泉卵 メロン	ご飯 味噌汁(しめじ わかめ 長ネギ) 牛乳 盛り合わせ(チーズ入りオムレツ 生野菜 まぐろ昆布 わかさぎ) 切り干し大根炒め煮 ひしお漬	
昼				鴨うどん ミニ寿司 香の物	スープ ホッキ炊き込みピラフ 野菜サラダ デザート	なめこおろしそば 盛り合わせ(いかバーグ 生野菜) デザート	わんこそうめん お好み焼き 紅生姜 西瓜	
夕				ピースご飯 味噌汁(なめこ 大根 春菊) 豆腐ステーキ ほうれん草胡麻マヨネーズ和え トマトのサラダ 紅生姜	ご飯 かけ玉汁 鯖の味噌煮し しょう添え ポテトサラダ 香の物	そば寿司 儀むすび 煮込おでん(大根 黒こんにゃく 天ぷら 卵) オードブル(生野菜 珍味 タラバ足 ローストチキン 出し巻き卵 茄子素揚げ) マーボー豆腐 胡瓜辛し漬	ご飯 味噌汁(キャベツ 油あげ 大根菜) 干魚の焼き物(ナメタ 大根おろし 茄子素揚げ) マーボー豆腐 胡瓜辛し漬	
	5	6	7	8	9	10	11	
朝	ご飯 味噌汁(絹さや 茄子 椎茸) 牛乳 盛り合わせ(サンマの蒲焼 白菜の梅肉和え トマト) とろろ芋 鯉たくあん	ご飯 味噌汁(豆腐 油あげ 万能ネギ) 牛乳 盛り合わせ(ハムエック 生野菜 プルーン りんご) 大福煮豆 香の物	ご飯 味噌汁(卵豆腐 万能ネギ) 牛乳 野菜のソテー 豆腐 茄子漬 胡瓜漬	ご飯 味噌汁(あさり 大根菜) 牛乳 煮物(五目ひじき 人参 大根 筍 イングン 味付椎茸) 納豆 胡瓜漬 大根味噌漬	ご飯 味噌汁(南瓜 生のり 三つ葉) 焼き物盛り合わせ(角ハム 生野菜 トマト) ひじきの炒め煮 梅 のり	ご飯 味噌汁(豆腐 えのき 大葉) 牛乳 盛り合わせ(野菜入りオムレツ 生野菜) 小女子佃煮 香の物	ご飯 味噌汁(本シメジ 油あげ 長ネギ) 牛乳 盛り合わせ(伊東の天ぷら 大根おろし プルーン) 野菜の炒め煮 香の物	
昼	ご飯 味噌汁(鮎 わかめ 長ネギ) うな玉丼 白菜&きゃべつのお浸し 茄子漬	焼きたてパン ミネストローネ デザート 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	鮭茶漬 盛り合わせ(南瓜 コロッケ 生野菜 卵醤油漬 フチトマト) オレンジ	豚肉ときのこうどん 納豆まき いかとキャベツの和え物	スープ 北湘南レストランオムレツ 焼き茄子といかのサラダ 福神漬	冷たい納豆そば いんげんの 胡麻マヨネーズ和え フルーツ ミックスゼリー	ご飯 スープカレー(ゆで卵 鶏もも 茄子 南瓜 人参 ビーマン) 福神漬 らっきょ 梅ゼリーヨーグルトのせ	
夕	ご飯 鯖汁 盛り合わせ(カキフライ 生野菜 果物) 胡麻和え(きゃべつ 人参 春菊 板かま) 味噌漬 りんご胡瓜漬	ご飯 味噌汁 煮魚 スパゲッティサラダ 香の物	五穀米 味噌汁(南瓜 わかめ 長ネギ) ラムシャブ 茄子の味噌炒め メロン	ご飯 つみれ汁 盛り合わせ(エビフライ 南瓜のフライ 生野菜 オレンジ) もずく酢 トマトサラダ	ご飯 味噌汁(なめこ 長ネギ 大根) 盛り合わせ(豚ロース ガーリック焼き 生野菜 トマト) 春雨サラダ 香の物 パナナ	ご飯 味噌汁(ニラ 卵) 焼き魚(七つ星 大根おろし オレンジ) 切干大根の中華和え 香の物	ご飯 味噌汁(豆腐 本シメジ 長ネギ) 牛乳 スキキ柳川風 ナムル(ところてん 胡瓜 いか) 香の物	
	12	13	14	15	16	17	18	
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 ソーセージのソテー(玉葱 エリンゲ ビーマン) 温泉卵 黒豆 果物	ご飯 味噌汁(茄子 花麩) 牛乳 盛り合わせ(はんぺんのバター焼き 生野菜 トマト) 珍味 香の物	ご飯 味噌汁(芋 生のり 長ネギ) 牛乳 山菜の炒め煮 納豆(しらす 長ネギ) 二十日大根梅漬 メロン キウイ	ご飯 味噌汁(南瓜 春菊) 牛乳 焼き魚(ホッケ 大根おろし りんご プルーン) キャベツの炒め煮 大福煮豆 香の物	ご飯 味噌汁(しめじ 長ネギ とろろ昆布) 牛乳 盛り合わせ(ひじき入りオムレツ 温野菜 果物) 長芋の梅汁和え 香の物	ご飯 味噌汁(キャベツ 人参) 牛乳 里芋の煮物(里芋 焼きちくわ とりもも肉 人参 イングン) 生卵 くらげ和え	ご飯 味噌汁(しめじ ふのり 大根菜) 牛乳 伊藤の天ぷら(大根おろし) たらこ きんぴらごぼろ 大根1本しぼり	
昼	チャーシュー麺 いなり寿司 酢生姜	焼きたてパン(サンドウィッチ) あさりカレーチャウダー 牛乳 寒フルーツのせ 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	休み	にゅう麺 一口おにぎり 抹茶 寒天	味噌汁(茄子 椎茸) 豚丼 シーフード和え 茎レタス	スープ ハッシュドビーフ 生ハムサラダ デザート	コンソメスープ 和風きのこスパゲッティ 野菜サラダ	
夕	ご飯 味噌汁(玉葱 とろろ昆布) 焼き魚(大根おろし 大葉) 新芋の肉じゃが 胡瓜漬	ご飯 味噌汁(はんぺん とろろ昆布 長ネギ) 盛り合わせ(ヒレカツ 生野菜 レモン) 香の物	ご飯 チキンカレー きのことサラダ 福神漬 西瓜 レモン水	ご飯 豚汁 盛り合わせ(茄子のチーズ焼 だし巻き卵 トマト) 白菜のなめたけ和え 香の物	ご飯 味噌汁(南瓜 油あげ 長ネギ) 鯖の揚げ煮(ししとう) 胡瓜ゆかり和え 珍味	ご飯 味噌汁(いんげん 油あげ 椎茸) カレーおでん(大根 こんにゃく バラ肉 焼きちくわ 茹卵) コールスローサラダ 梅汁漬 胡瓜漬	ご飯 味噌汁(玉葱 油あげ) 焼き魚(大根おろし メロン) 南瓜のサラダ 香の物	
	19	20	21	22	23	24	25	
朝	ご飯 味噌汁 牛乳 盛り合わせ(かに玉あんかけ 生野菜 カーネルコーンソテー) 香の物 珍味	ご飯 味噌汁(豆腐 生のり みょうが) 牛乳 五目煮(黒こんにゃく 人参 鶏肉 味付椎茸 大豆) だし巻き卵 小松菜のお浸し 香の物	ご飯 味噌汁(エリンゲ 板敷 ほうれん草) 牛乳 盛り合わせ(トルコ風オムレツ 生野菜 板かま) 白菜の煮浸し たくあん	ご飯 味噌汁(豆腐 エリンゲ 長ネギ) 牛乳 盛り合わせ(角ハムソテー 生野菜 トマト フライドポテト) 磯和え 香の物	ご飯 味噌汁(南瓜 とろろ昆布 三つ葉) 牛乳 湯豆腐セット シーチキン炒め 卵醤油漬 香の物	ご飯 味噌汁(南瓜 油あげ) 牛乳 焼き魚(赤魚味噌漬 大根おろし トマト) とびっ子和え(小松菜 オホーツク 胡瓜 とびっ子) なら漬 胡瓜こうじ漬	ご飯 味噌汁(エリンゲ 地のり 三つ葉) 牛乳 盛り合わせ(ブレンオムレツ 生野菜 キウイ) 土佐煮 鯉たくあん 茄子漬	
昼	ご飯 味噌汁(南瓜 みょうが) さんま丼 たくあん いんげんの 胡麻マヨネーズ和え	焼きたてパン(ポテトサンドウィッチ ツナパン 小豆ツイスト) ベジタブルスープ(温泉卵 添え) フルーツ盛り合わせ(西瓜 メロン パイン) 飲み物(コーヒー 牛乳)	ざるそば 天ぷらセット 儀おにぎり 香の物	味噌汁(いかり身 万能ネギ) 鮭寿司 みょうが甘酢漬 いんげん味噌マヨネーズ和え	味噌汁(豆腐 わかめ 長ネギ) おにぎりセット(南瓜コロケ 生野菜 トマト 香の物) コーヒー寒天入りミルクゼリー	スープ ドライカレー 生ハムサラダ 福神漬	きつねうどん 小鉢(鮪 玉葱 大葉 みょうが) 西瓜	
夕	ご飯 番茶 うどんすき 揚げ 茄子白味噌添え とろろ天 胡瓜漬	梅かつおご飯 味噌汁(大根 大根菜 油あげ) 焼き魚(大根おろし) イングンの炒め煮 中華サラダ 大根の梅汁漬	コーンライス 味噌汁(大根 なめこ 長ネギ)和風ハンバーグ(かぶ 南瓜) 豆腐とトマトのサラダ ミックス漬	ご飯 味噌汁(舞茸 油あげ 長ネギ) 煮魚(赤カレー) 焼そば 自家製トマトゼリー	ご飯 味噌汁(キャベツ 油あげ) 天ぷら盛り合わせ(海老 南瓜 菊の花 梅干) 八宝菜 胡瓜と大根の醤油漬	ご飯 赤だし味噌汁(豆腐 なめこ 三つ葉) 盛り合わせ(チキンカレー風味焼き 生野菜 オレンジ) キャベツと厚あげの味噌炒め ひしお漬 野沢菜	ご飯 味噌汁(卵豆腐 花麩 万能ネギ) ホイルチャンチャン焼 牛肉のしくれ煮 トマトマカロニサラダ 香の物	
	26	27	28	29	30	31		
朝	ご飯 味噌汁(あさり 大根 長ねぎ) 牛乳 盛り合わせ(はんぺんバター焼 南瓜と玉葱のソテー トマト) 珍味(ホッキ サラダ 胡瓜) 茄子漬 西瓜	ご飯 味噌汁(南瓜 三つ葉) 牛乳 鯖水煮の山かけ ビーナツ和え(白菜 小松菜 人参) 香の物 西瓜	ご飯 味噌汁(小松菜 油あげ) 牛乳 キャベツのマフィン 煮 納豆しらす入り 胡瓜漬 オレンジ キウイ	ご飯 味噌汁 牛乳 焼き魚(大根おろし 卵醤油漬) 小松菜の辛し和え 香の物	ご飯 味噌汁(豆腐 海苔 長ねぎ) 牛乳 盛り合わせ(シーチキン入りオムレツ 生野菜 トマト) 炒め煮(大根 人参 鶏肉 筍 いんげん) 一夜漬 梅漬 西瓜	ご飯 味噌汁(豆腐 長ネギ 椎茸) 牛乳 煮物(大根 人参 鶏肉 筍 いんげん) 温泉卵 胡瓜漬 西瓜		
昼	冷しラーメン 冷たい白玉餅 紅生姜	焼きたてパン(ちくわパン クリームツイスト 南瓜角食) 南瓜のポターージュ 卵醤油漬入り サラダ 飲み物(コーヒー 紅茶 牛乳)	休	鴨うどん ミニ寿司(お刺身) みょうが酢漬 デザート	焼き茄子とくずのスープ オムカレー 鶏さき身サラダ ビクルス らっきょ	山菜山かけ蕎麦 盛り合わせ(アメリカンステーキ 生野菜) ずんだ餅		
夕	ご飯 味噌汁 盛り合わせ(鶏肉甘辛ソースかけ 生野菜) 胡瓜の酢物 南瓜のニョッキ	ご飯 味噌汁(芋 わかめ) 盛り合わせ(手作り肉シューマイ 白菜 トマト) 中華風サラダ たくあん 茎レタス	ご飯 味噌汁(白菜 あげかま) お刺身盛り合わせ スイキの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁(はんぺん ほうれん草) 盛り合わせ(鶏ささみピカタ焼 生野菜 オレンジ) 奴豆腐おろし添え いかマヨネーズ味噌 梅漬	ご飯 ラーメンスープ 秋刀魚の味噌煮 ポテトサラダ 香の物	ご飯 味噌汁(厚あげ 大根) 盛り合わせ(鶏肉のカルビー 焼風 温野菜 トマト) イングンの炒め煮 香の物		