



日付	曜	午 前 食			
		中期前半食	中期後半食	後期食	
7	21	金	①パンがゆ ②さつまいものコーンミルクスープ ③鶏ひき肉とほうれん草煮 ④人参煮	①トースト ②さつまいものコーンミルクスープ ③鶏ひき肉とほうれん草煮 ④人参煮	①トースト ②さつまいものコーンミルクスープ ③鶏レバーとほうれん草ソテー ④人参煮
8	22	土	①にゅうめん(しらす・ほうれん草・人参) ②豆腐のあんかけ煮	①にゅうめん(しらす・ほうれん草・人参) ②豆腐のあんかけ煮	①にゅうめん(しらす・ほうれん草・人参) ②豆腐のあんかけ煮
/	24	月	①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④小松菜人参煮	①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④小松菜人参煮	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③白身魚ソテー ④小松菜人参サラダ
			①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③ピーマンそぼろあん ④トマト煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③ピーマンそぼろあん ④トマト煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③ピーマンそぼろあん ④トマト煮
11	25	火	①5分がゆ ②チンゲン菜のすまし汁 ③鶏ひきとじゃが芋煮 ④人参煮	①全がゆ ②チンゲン菜のすまし汁 ③鶏ひきとじゃが芋煮 ④人参煮	①ひじきご飯(軟飯) ②チンゲン菜ともやしのみそ汁 ③鶏レバーとじゃが芋煮 ④人参煮
12	26	水	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③ささみあんかけ ④きゅうり煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③ささみあんかけ ④きゅうり煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③ささみあんかけ ④きゅうり煮
13	27	木	①5分がゆ ②大根のすまし汁 ③鶏ひき肉野菜煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②大根のすまし汁 ③鶏ひき肉野菜煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②大根のすまし汁 ③鶏ひき肉野菜炒め ④南瓜煮
14	28	金	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ②白菜煮 ③いんげん煮	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ②白菜煮 ③いんげん煮	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ②白菜煮 ③いんげんソテー
3	17/31	月	①5分がゆ ②キャベツのみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④チンゲン菜とコーン煮	①全がゆ ②キャベツのみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④チンゲン菜とコーン煮	①軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③白身魚の味噌味噌焼き ④チンゲン菜とコーン菜ソテー
4	18	火	①5分がゆ ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋のそぼろあんかけ ④キャベツとコーン煮	①全がゆ ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋のそぼろあんかけ ④キャベツとコーン煮	①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③じゃが芋のそぼろあんかけ ④キャベツとコーン煮
5	19	水	①5分がゆ ②さつまいものみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④もやしと胡瓜煮	①全がゆ ②さつまいものみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④もやしと胡瓜煮	①軟飯 ②さつまいものみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④もやしと胡瓜ナムル風
6	/	水	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・トマト) ②キャベツのスープ ③じゃが芋とアスパラ煮	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・トマト) ②キャベツのスープ ③じゃが芋とアスパラ煮	①あんかけパスタ(鶏ひき肉・トマト) ②キャベツのスープ ③じゃが芋とアスパラソテー
20			☆	木	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③鶏肉煮 ④胡瓜人参煮



日付	曜	午 後 食			
		中期前半食	中期後半食	後期食	
7	21	金	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④大根煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④大根煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④大根煮
8	22	土	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③キャベツのそぼろあん ④ほうれん草煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③キャベツのそぼろあん ④ほうれん草煮	①ごまおにぎり(軟飯) ②玉ねぎのみそ汁 ③キャベツのそぼろあん ④ほうれん草煮
/	24	月	①にゅうめん(キャベツ・人参) ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④玉ねぎ煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④玉ねぎ煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④玉ねぎソテー
			①パンがゆ ②キャベツのすまし汁 ③白身魚の煮つけ ④人参煮	①トースト ②キャベツのすまし汁 ③白身魚の煮つけ ④きなこ人参	①トースト ②キャベツのすまし汁 ③白身魚の△ニエル ④きなこ人参
11	25	火	①5分がゆ ②玉ねぎのすまし汁 ③豆腐挽肉煮 ④白菜煮	①全がゆ ②玉ねぎのすまし汁 ③豆腐挽肉煮 ④白菜煮	①おにぎり(軟飯) ②玉ねぎのすまし汁 ③豆腐挽肉煮 ④白菜煮
12	26	水	①パンがゆ ②白菜のスープ ③しらす人参 ④じゃが芋玉ねぎ煮	①トースト ②白菜のスープ ③しらす人参 ④じゃが芋玉ねぎ煮	①チーズトースト ②白菜のスープ ③しらす人参 ④じゃが芋玉ねぎ煮
13	27	木	①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ②白身魚あんかけ ③小松菜煮	①全がゆ ②もやしのみそ汁 ②白身魚あんかけ ③小松菜煮	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ②白身魚からあげあん ③小松菜ソテー
1	15/29	土	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③じゃが芋挽肉煮 ④かぶと人参煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③じゃが芋挽肉煮 ④かぶと人参煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③じゃが芋挽肉煮 ④かぶと人参煮
3	17/31	月	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③鶏ひき肉と人参煮 ④胡瓜煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③鶏ひき肉と人参煮 ④胡瓜煮	①チーズ蒸しパン ②玉ねぎのスープ ③鶏レバーと人参煮 ④胡瓜煮
4	18	火	①5分がゆ ②もやしのスープ ③白身魚煮 ④玉ねぎ人参煮	①全がゆ ②もやしのスープ ③白身魚煮 ④玉ねぎ人参煮	①軟飯 ②もやしのスープ ③白身魚フライ ④玉ねぎ人参煮
5	19	水	①5分がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④キャベツ煮	①全がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④キャベツのサラダ
6	/	木	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④チンゲン菜煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④チンゲン菜煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④チンゲン菜ソテー
20			☆	木	①5分がゆ ②お麩のみそ汁 ③白身魚煮 ④ほうれん草人参煮



令和2年8月完了献立表



日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
7	21	金	①クラッカー ①ジャムサンド ②さつま芋のシチュー ③大豆とウィンナーソテー ④フルーツ	①牛乳 ②鮭わかめおにぎり ③人参のみそ汁 ④フルーツ	食パン いちごジャム さつま芋 米・白ごま	大豆 ウィンナー 牛乳・バター 鮭・鶏肉	玉ねぎ・人参 もやし ほうれん草 わかめ
8	22	土	①牛乳 ①ツナそうめん ②厚揚げのケチャップ炒め ③フルーツ	①牛乳 ②ガーリックチャーハン ③玉ねぎのみそ汁 ④フルーツ	そうめん 油・米	ツナ 厚揚げ ベーコン 牛乳	ほうれん草・人参 ピーマン コーン・玉ねぎ 長ねぎ
	24	月	①クラッカー ①ご飯②みそ汁(わかめ・あさつき) ③さばの梅焼き ④中華風納豆サラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②人参ケーキ ③もやしのスープ ④フルーツ	米・油 ホットケーキミックス バター	鯖・卵 牛乳 味噌 納豆	わかめ・あさつき 小松菜 人参 もやし
11	25	火	①ビスケット ①ご飯②中華スープ(ニラ・春雨) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④冷やしトマト ⑤フルーツ	①牛乳 ②黒糖蒸しパン ③キャベツの清汁 ④フルーツ	米 油 黒糖蒸しパンミックス ごま 片栗粉 春雨	豚肉 牛乳	にら・ピーマン トマト もやし たまねぎ 人参
12	26	水	①マンナ ①ひじきとツナのご飯 ②清汁(もやし・チンゲン菜) ③カレー肉じゃが ④フルーツ	①オレンジジュース ②牛乳もち ③玉ねぎの清汁 ④フルーツ	米 じゃが芋 油 片栗粉	ツナ・油揚げ 黄な粉 豚肉 牛乳	ひじき・人参 チンゲン菜 玉ねぎ・いんげん もやし
13	27	木	①牛乳 ①ご飯②みそ汁(板麩・長ねぎ) ③鶏肉の甘酢あんかけ ④春雨のサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②マカロニツナソテー ③白菜のスープ ④フルーツ	米 油 鮭 ごま 片栗粉 春雨 マカロニ マヨネーズ	鶏肉 牛乳 ツナ バター	長ねぎ 玉ねぎ 人参 あさつき キャベツ 胡瓜 人参
14	28	金	①クラッカー ①ピビンパ丼 ②みそ汁(大根・しめじ) ③南瓜の煮つけ ④フルーツ	①グレープジュース ②フルーツヨーグルト ③もやしのみそ汁 ④フルーツ	米 南瓜	豚肉 味噌 ヨーグルト	しめじ・みつば 大根 みかん缶 もやし 白桃缶 にら・人参
1	15/29	土	①牛乳 ①五目うどん ②じゃが芋ソテー ③フルーツ	①牛乳 ②焼きおにぎり ③大根のみそ汁 ④フルーツ	乾うどん・油 じゃが芋 ごま 米	豚肉 牛乳	白菜・人参 大根・椎茸 もやし いんげん・ピーマン
3	17/31	月	①クラッカー ①ご飯②清汁(長ねぎ・わかめ) ③白身魚のケチャップあん ④チンゲン菜のソテー ⑤フルーツ	①牛乳②金魚ゼリー(3日) ③フルーツヨーグルトケーキ(17,31日) ④玉ねぎのスープ ⑤フルーツ	米 油・バター ホットケーキミックス 片栗粉	カレー ヨーグルト 卵・牛乳 バター	長ねぎ・わかめ・りんご キャベツ・コーン チンゲン菜・ピーマン 人参・コーン・玉ねぎ
4	18	火	①ビスケット ①ドライカレー ②中華スープ(ねぎ・えのき) ③コーンサラダ ④フルーツ	①牛乳 ②あんトースト ③もやしのスープ ④フルーツ	米 マヨネーズ 食パン	豚挽肉 マーガリン 小豆 バター 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン レーズン キャベツ コーン えのき 長ねぎ きゅうり
5	19	水	①マンナ ①菜めしご飯 ②みそ汁(さつま芋・玉葱) ③えびの炒り豆腐 ④ナムル⑤フルーツ	①牛乳 ②肉味噌スパゲティ ③人参のスープ ④フルーツ	米 スパゲッティ さつま芋 ごま 片栗粉	豚ひき肉 味噌・卵 牛乳	絹さや・人参 もやし・長ねぎ 玉ねぎ・グリーンピース 胡瓜
6		木	①牛乳 ①冷やし中華 ②清汁(キャベツ・わかめ) ③じゃが芋とアスパラソテー ④フルーツ	①牛乳 ②昆布おにぎり ③大根のみそ汁 ④フルーツ	中華麺 じゃが芋 油 米	牛乳 ハム 卵	わかめ・キャベツ 玉ねぎ・アスパラ 昆布 トマト・胡瓜

★ 誕生日会 ★

20		木	①クラッカー ①ケチャップライス②スープ(キャベツ・コーン) ③タンドリーチキン ④スパゲティツナサラダ ⑤トマト⑥フルーツ	①りんごジュース ②お誕生日ケーキ ③ソフトクッキー ④ホイップクリーム	米・油 スパゲティ マヨネーズ 小麦粉	ウィンナー 鶏肉 ツナ ヨーグルト・バター 卵 ホイップクリーム	人参 ピーマン コーン 胡瓜 トマト キャベツ コーン あさつき 玉ねぎ
----	--	---	--	---	------------------------------	---	---

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。