

2026

8 月献立表

つくしの里 大豆島

	月	火	水	木	金	土	日
	31					1	2
昼	照り焼きハンバーグ 切り干し大根洋風サラダ グラッセ					豚しゃぶ なす揚げびたし 大根とツナのわさび醤油和え	イワシ紫蘇フライ グリーンサラダ ひじき煮
夕	ホキフリッター 野菜のコンソメ煮 粉ふきいも	※材料仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。				シルバーカレーニエル ポークビーンズ ブロッコリーソテー	なすと鶏肉のみそ炒め 春雨中華サラダ ほうれん草おひたし
	3	4	5	6	7	8	9
昼	麻婆豆腐 かぼちゃサラダ ちくわナムル	ブリ唐揚げ 五目ビーフン ツナキャベツ	ソースカツ ポテトサラダ ほうれん草からし和え	ホッケ塩焼き 揚げなすそぼろあん 小松菜と卵の中華炒め	揚げ焼売の野菜あん かぼちゃごま和え 土佐キャベツ	ホキピカタ 厚揚げトマト煮 切干大根サラダ	豚丼 車麩煮物 菜花えのき和え
夕	アジ南蛮 鶏大根 おくら塩昆布和え	生姜焼き ブロッコリーかにかまあんかけ 切干大根煮	メバル西京焼き 高野揚げ煮 きゅうり梅和え	キーマカレー えびとブロッコリーのサラダ わかめソテー	タラチーズ焼き じゃがいもカレー炒め フレンチサラダ	豚肉パインソース ツナサラダ ズッキーニソテー	天津 棒棒鶏サラダ 揚げなす
	10	11	12	13	14	15	16
昼	アジ山椒焼き 揚げ豆腐みぞれあん いんげんごま和え	チキンカツ かにかまサラダ 金平大根	カレイ煮つけ 揚げじゃが煮 青菜からし和え	筑前煮 磯部揚げ おくら梅和え	盆休業		
夕	豚肉となすの香味醤油 大根がんと煮 小松菜おひたし	メルルーサムニエル ウインナーカレー炒め なすマリネ	鶏肉ごまみそ焼き かぼちゃ含め煮 にらナムル	ブリ天ぷら 高野煮物 かにかまときゅうりの酢の物			
	17	18	19	20	21	22	23
昼	チキンステーキ ほうれん草ベーコン炒め かぼちゃマッシュ	ブリ味噌煮 にら玉 わかめとかにかまのマヨサラダ	春巻き 春雨サラダ 小松菜ナムル	メルルーサマヨ焼き なすイタリアン キャベツ酢漬け	チーズと大葉の竜田揚げ 麩の卵とじ 酢の物	カレイごまだれ 厚揚げ煮物 おくらとちくわのポン酢和え	鶏唐揚げ かぼちゃ甘辛煮 菜花梅和え
夕	イカメンチ 五目ひじき ブロッコリーおひたし	焼き餃子 塩やきそば きゅうりとちくわの塩昆布和え	赤魚バター醤油 がんも野菜あんかけ 切干大根ツナサラダ	カレーコロッケ 青菜サラダ いんげんソテー	シルバーパン粉焼き きのこじゃがバター炒め ブロッコリーハムサラダ	夏野菜カレー ほうれん草と大豆のサラダ きのこソテー	アジ塩焼き 麻婆茄子 ピリ辛きゅうり
	24	25	26	27	28	29	30
昼	赤魚みそ漬け チャンプルー キャベツおひたし	和風ロールキャベツ ジャーマンポテト きのこマリネ	サワラ幽庵焼き なす豚肉炒め 小松菜煮びたし	ハヤシ スパゲッティサラダ ポテトフライ	アジフライ 高野卵とじ かにかまきゅうり	鶏肉トマト煮 菜花サラダ もやしソテー	ブリ照り焼き 豚肉キャベツ炒め 大学かぼちゃ
夕	親子煮 揚げなす煮びたし ブロッコリー塩昆布和え	エビフライ ナポリタン コールスローサラダ	チキン彩り焼き マカロニサラダ セロリソテー	ホキ磯部揚げ かぼちゃそぼろあん おくらときゅうりのおかかポン酢和え	焼肉 里芋煮物 のりナムル	シルバー竜田揚げ 麻婆春雨 わかめサラダ	肉団子 青菜白和え ブロッコリーツナサラダ