



週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
8/6 (月)	白飯 玉ネギと若布のみそ汁 牛乳 大根炒め 納豆 (ツナ) ハミン	冷やしラーメン ひじきの中華サラダ 杏仁豆腐 冷水 	ねぎ塩豚丼 ほうれん草とあげのみそ汁 サラダ (とうふ) キウイ 
8/7 (火)	白飯 高野豆腐とネギのみそ汁 牛乳 なすのみそ炒め なめ茸 バナナ	ハヤシライス つみれスープ 胡瓜のカルパッチョ 冷水 	白飯 卵ときぬさやのみそ汁 鮭の西京焼き 筑前煮 メロン 
8/8 (水)	白飯 水菜とえのきのみそ汁 牛乳 じゃが芋のそぼろ煮 納豆 (みそづけ) ハミン	冷やしたぬきそば 大学芋 	白飯 とろろ昆布のみそ汁 チキンカツ ほうれん草のごま和え 梅和え (キャベツ) 
8/9 (木)	白飯 キャベツと若布のみそ汁 牛乳 麩の卵とじ いか塩辛 バナナ	三色丼 (豚) きんぴら汁 ところてん 	白飯 すまし汁 (あさり) 鯖みそ煮 (人参・葱) 野菜とツナのナムル すいか 
8/10 (金)	白飯 大根とさつま揚げのみそ汁 牛乳 野菜と豚肉炒め 納豆 (青かつぱ) ハミン	冷麦 ゆで豚サラダ オレンジ白玉 	白飯 豆腐と舞茸のみそ汁 揚げ鱈の甘酢あんかけ アスパラとナッツソテー きざみ長芋 
8/11 (土)	白飯 白菜とにらのみそ汁 牛乳 きくらげと豆腐のチャンプルー 一口昆布巻き バナナ	白飯 小松菜となめこのみそ汁 ほっけの塩焼 肉じゃが ジャコと若布の酢の物 	エビ丼 まめふとねぎのすまし汁 山菜の黄身酢和え メロン
8/12 (日)	白飯 水菜としめじのみそ汁 牛乳 キャベツの油炒め 鮭フレーク バナナ	白飯 そうめん汁 鶏団子と大根の煮物 五色中華風サラダ フルーツヨーグルトかけ	五穀米ごはん さつま芋とあげのみそ汁 さんま塩焼き びこナツ和え (青梗菜) ぶどう 