








# 週間予定献立表

希望学園

|          | 朝食  | 昼食   | 夕食  |
|----------|---|--|---|
| 8/13 (月) | 白飯<br>玉葱と人参のみそ汁<br>牛乳<br>インゲンと豚肉炒め<br>納豆(しそ)<br>ハミン     | 五目おこわ<br>芋とネギのみそ汁<br>洋風茶碗蒸し<br>春菊のごま和え                   | 白飯<br>大根とさつま揚げのみそ汁<br>あじの塩焼き<br>さつま芋のそぼろ煮<br>すいか           |
| 8/14 (火) | 白飯<br>ふきのみそ汁<br>牛乳<br>大豆とツナ煮<br>味付けのり<br>バナナ            | 冷やし天津麺<br>蒸し鶏サラダ<br>ぶどうゼリー                               | 白飯<br>ホタテの中華スープ<br>チーズハンバーグ<br>サラダ(レタス・ハム)<br>オレンジ         |
| 8/15 (水) | 白飯<br>小松菜と豆麩のみそ汁<br>牛乳<br>切り干大根の炒り煮<br>納豆(しそわかめ)<br>ハミン | 鮭三色丼<br>すまし汁(はんぺん)<br>わさび和え(キャベツ)<br>牧場の朝ヨーグルト          | 丼生散らし寿司<br>すまし汁(麩)<br>かにシュウマイ<br>ポン酢かけ(モロヘイヤ)<br>メロン  |
| 8/16 (木) | 白飯<br>高野豆腐とネギのみそ汁<br>牛乳<br>ひじきの洋風炒り煮<br>あさりの佃煮<br>バナナ   | ごぼうの Pasta<br>ビシソワーズ<br>シーフードマリネ                       | 玄米ごはん<br>水菜とあげのみそ汁<br>豚肉タレ焼<br>ビーマン(はるさめ・なまぐ)<br>野沢菜漬    |
| 8/17 (金) | 白飯<br>モヤシと若布のみそ汁<br>牛乳<br>きくらげの卵とじ<br>納豆(しらす干し)<br>ハミン  | コロッケサンド<br>オレンジデニッシュ<br>わふうぼとふ<br>和風ポトフ<br>クリーム白玉ぜんざい  | 白飯<br>とろろ昆布のすまし汁<br>ほっけの西京焼き<br>鶏じゃが<br>白菜のゆかり和え  |
| 8/18 (土) | 白飯<br>大根となめこのみそ汁<br>牛乳<br>卵の花炒り<br>梅干<br>バナナ            | ザルそば<br>変わりいなり寿司<br>冷奴                                 | 白飯<br>小松菜と玉葱のみそ汁<br>とりからあげ<br>鶏空揚げ<br>めかぶ和え(長芋)<br>たくあん  |
| 8/19 (日) | あんパン<br>食パン<br>はちみつ&マーガリン<br>かぶスープ<br>牛乳<br>ポパイソテー      | 豚卵丼<br>豆腐とふのりのみそ汁<br>もずくの酢のもの<br>バナナ 1/2               | 白飯<br>卵とにらのみそ汁<br>さわらの粕やき<br>揚げレバニごもく<br>キウイ             |