

# 郷土料理の日

8月

|     | 令和元年08月19日(月)   | 令和元年08月20日(火)                                       | 令和元年08月21日(水)  | 令和元年08月22日(木)                                    | 令和元年08月23日(金)                                  | 令和元年08月24日(土)                                    | 令和元年08月25日(日)  |
|-----|---|---|--|--|--|--|--|
| 朝   | 御飯<br>みそ汁（里芋）<br>炒り豆腐<br>いりこみそ<br>牛乳  | 御飯<br>みそ汁（ほうれん草）<br>ブロッコリーの白ごま和え<br>ふりかけ さけ<br>牛乳   | 御飯<br>みそ汁（さつまあげ）<br>かにかま入り卵<br>減塩うめびしお<br>牛乳   | 御飯<br>みそ汁（南瓜）<br>野菜のソテー<br>ふりかけ たらこ<br>牛乳        | 御飯<br>みそ汁（サツマ伊）<br>オクラの湯葉和え<br>減塩のり佃煮<br>牛乳    | 御飯<br>みそ汁（豆腐）<br>ほうれん草とパインの炒め物<br>ふりかけ かつお<br>牛乳 | さけ雑炊<br>絹厚揚げとオクラのそぼろあん<br>牛乳<br>    |
| 昼   | 御飯<br>白身魚の和風ムニエル<br>南瓜のごまドレサラダ<br>かき卵スープ<br>フルーツ（黄桃缶）                                     | 御飯<br>かれいのたらも焼き<br>梅おかか和え<br>清汁（野菜つみれ）<br>フルーツ（バナナ） | 麦とろ御飯<br>チキン南蛮<br>なすの炒め物<br>フルーツ（すいか）<br> | 御飯<br>豚すき煮<br>マカロニサラダ<br>清汁（とろろ昆布）<br>フルーツ（パイン缶） | おにぎり（1かり）<br>ジャージャー麺<br>ほうれん草かか和え<br>レアチーズムース  | 御飯<br>ブリの煮付け<br>さっぱりさらだ<br>赤だし汁（ふ）<br>フルーツ（りんご）  | 吉野家牛丼<br>卵サラダ<br>汁<br>             |
| おやつ | 黒棒<br> | ヨーグルッペ  | 抹茶ワッフル   | かりんとうドーナッツ                                       | アップルパイ   | チョコレート饅頭   | ゼリー（ライチ）   |
| 夕   | 麦御飯<br>ハムカツ<br>大根スープ<br>漬物（高菜漬）   | 御飯<br>鶏肉のおろし醤油焼き<br>中華スープ（木綿）<br>漬物（青しそ）            | 御飯<br>白身魚のカレームニエル<br>いわし汁<br>漬物（桜大根）   | 御飯<br>揚げだし豆腐<br>清汁（長いもとろろ）<br>漬物（つぼ）             | 御飯<br>ささみのチーズフライ<br>コンソメスープ（はるさめ）<br>漬物（キュリ・青） | 御飯<br>鶏肉と野菜のスープ煮<br>みそ汁（しいたけ）<br>漬物（千切沢庵）        | 御飯<br>エビチリセット<br>デザートムース（パイン）<br> |

