



8月

# のこんだて

月	火	水	木	金	土
	<p>1</p>  <p>スパゲティ、パン 野菜スープ 人参サラダ</p>	<p>2</p>  <p>ごはん、味噌汁 魚のチャンチャン焼き もずくの酢の物</p>	<p>3</p>  <p>ごはん、だご汁 鶏肉のコーン焼き 胡麻和え</p>	<p>4</p>  <p>タコライス 中華スープ サラダ</p>	<p>5</p>  <p>ごはん、赤だし 豆腐のふわふわ揚げ とけないアイス</p>
	<p>7</p>  <p>ごはん、すまし汁 オムレツ ポパイサラダ</p>	<p>8</p>  <p>たかなごはん、鶏汁 あじのさんが焼き コンヤクの南蛮漬</p>	<p>9</p>  <p>パン、野菜スープ 鶏の醤油香り揚げ ゼリー、ジュース</p>	<p>10</p>  <p>弁当</p>	 <p>8月の食材 枝豆・胡瓜・ししとう・とうもろこし・モロヘイヤ・パプリカ・すいか</p>
	<p>16</p>  <p>ごはん、信州きのこ汁 ハンバーグ ひじきサラダ</p>	<p>17</p>  <p>ごはん、すまし汁 チキン南蛮 酢の物</p>	<p>18</p>  <p>ごはん、卵スープ 魚の塩焼き 南瓜のそぼろ煮</p>	<p>19</p>  <p>そうめん流し</p>	
	<p>21</p>  <p>ごはん、ガスパチョ 豆乳グラタン ナムル</p>	<p>22</p>  <p>ナポリタンサンド コンスープ、サラダ ゼリー、牛乳</p>	<p>23</p>  <p>ごはん、味噌汁 コロッケ ひよこ豆サラダ</p>	<p>24</p>  <p>ごはん、もやしのスープ 魚の花火焼き スタミナサラダ</p>	<p>25</p>  <p>鶏サラダ丼、武者汁 コールスローサラダ 葛饅頭</p>
<p>28</p>  <p>ごはん、味噌汁 魚のピカタ ゴーヤチャンプル</p>	<p>29</p>  <p>冷やしうどん おにぎり、シューマイ 果物</p>	<p>30</p>  <p>ごはん、筑前煮 豆腐と生姜のスープ バジルのサラダ</p>	<p>31</p>  <p>トマトカレー or ほうれん草カレー 野菜スープ 大豆サラダ</p>		