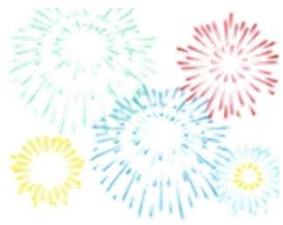
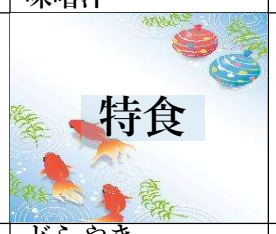
Monthly Menu 8月

おすすめ／ ヘルシー／ お肉の日／ お魚の日／ ご当地／ SDGs

介護付有料老人ホーム サニーステージ

	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	1(金)	2(土)
朝食						御飯 ジャーマンポテト 盛合わせサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナと野菜の炒め物 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食	 はまポークのソテー 夏野菜ソース		真あじと夏野菜の甘酢あんかけ		※写真はイメージです 北海道名物　豚丼	ポークカレー サーモンマヨフライ コールスローサラダ 野菜スープ フルーツ	御飯 鶏もも肉の照焼き 切干大根の煮物 長葱とわかめのぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー
おやつ						黒糖ケーキ	バニラブッセ
夕食						御飯 ホキの利休焼き 南瓜の含め煮 胡瓜のポン酢和え 味噌汁	御飯 マスの粕漬け焼き いんげんの当座煮 かぶの塩昆布和え 味噌汁

	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
朝食	御飯 竹輪の煮物 青梗菜のソテー 納豆 味噌汁	御飯 挽肉と野菜の炒め物 豆腐サラダ 漬物 味噌汁	パン ミートボールのコンソメ煮 シーザーサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 炒り卵 いんげんのサラダ 味噌汁	パン ウインナーと野菜のソテー ハムサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 オムレツ カリフラワーのドレッシング和え うめびしお 味噌汁	御飯 小町麩の煮物 キャベツのおかか和え ふりかけ 味噌汁
昼食	★美味しい肉の日★ はまポークのソテー 夏野菜ソース グリル野菜 グリーンサラダ ライス　コンソメスープ ヨーグルト	御飯 ３種のチーズ ささみフライ 切り昆布の煮物 白菜の柚子和え 味噌汁 フルーツ	冷やし中華 春巻き 三色ナムル フルーツ	メンチカツとハムチーズ サンドイッチ スペイン風オムレツ 彩りサラダ クリームスープ フルーツゼリー	御飯 白身魚のかおり揚げ 五目金平 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ハンバーグドリア コロッケ イタリアンサラダ 野菜スープ ヨーグルト	御飯 赤魚の酒蒸し ぽん酢添え 高野豆腐の煮物 小松菜のなめ茸和え 沢煮椀 フルーツ
おやつ	いちごプリン	スイスロール	水ようかん	抹茶ロールケーキ	クリームワッフル	カステラ	牛乳ケーキ
夕食	御飯 真あじの さっぱり梅煮 厚揚げの肉味噌田楽 小松菜のおかか和え すまし汁	ライス 鱈の香草パン焼き 南瓜ジャーマン 盛合せサラダ トマトスープ	御飯 鯖の葱味噌焼き 揚げ茄子の煮浸し 胡瓜の茗荷和え すまし汁	御飯 豚肉の甘辛うま煮 さつま芋の甘煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁	御飯 鶏肉のスタミナ炒め 温泉卵添え 中華風冷奴 春雨サラダ 具だくさん中華スープ	御飯 マスの塩焼き ひじきの煮物 漬物二種 味噌汁	御飯 鶏もも肉のもろみ焼き ビーフン炒め 煮豆 味噌汁

	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
朝食	御飯 豚肉と野菜の煮物 ポテトサラダ 納豆 味噌汁	御飯 ツナじゃが フレンチサラダ 漬物 味噌汁	パン ポークビーンズ グラッセ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 ベーコンと野菜のソテー かぶのマリネ 味噌汁	パン 南瓜のバター醤油炒め カリフラワーのツナ和え 野菜スープ ヨーグルト	御飯 さつま揚げの煮物 ミックスサラダ ゆずみそ 味噌汁	御飯 ソーセージと野菜の炒め物 スパゲッティサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食	ライス 白身魚のフリット オーロラソース 野菜のクリーム煮 ツナサラダ オニオンスープ フルーツゼリー	御飯 真あじの柚子胡椒焼き がんもの煮物 菜の花の錦糸和え 味噌汁 ヨーグルト	ほうれん草とあさりの 和風パスタ 白身魚フライ サウザンサラダ パンプキンポタージュ フルーツ	ライス 鱈のカレームニエル 季節野菜のチーズ焼き 盛り合わせサラダ 枝豆の卵スープ フルーツ	御飯 フライ二種盛り 冬瓜のそぼろ煮 長葱のぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー	 	ライス ホキのポテト焼き ラタトゥイユ コーンサラダ コンソメスープ フルーツ
おやつ	プリン	紅茶ケーキ	ブッセサンド	水ようかん（栗）	メープルケーキ	どらやき	オレンジケーキ
夕食	御飯 豚肉のくわ焼き 冬瓜の薄くず煮 青菜のお浸し 味噌汁	御飯 とろ旨 麻婆茄子 しゅうまい 大根のザーサイ和え 中華スープ	御飯 鶏もも肉の 野菜味噌焼き 山形だし風冷奴 青梗菜の菜種和え すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん 根菜金平 漬物二種 味噌汁	ライス チキンソテー オニオンソース ポテトのミートソースがけ 胡麻ドレサラダ ミルクスープ	御飯 鯖の山椒焼き 大根のユズあんかけ 春菊の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の香味焼き 玉子豆腐 人参の真砂和え 味噌汁

	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
朝食	御飯 肉団子の煮物 おろし和え 納豆 味噌汁	御飯 オムレツ 大根サラダ 漬物 味噌汁	パン ハムと野菜のソテー シーザーサラダ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 小町麩の煮物 いんげんの和風マヨ和え 味噌汁	パン スクランブルエッグ サウザンサラダ クリームスープ ヨーグルト	御飯 厚揚げと野菜の炒め物 マカロニサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナじゃが キャベツのチーズ和え ふりかけ 味噌汁
昼食	御飯 豚肉の オイスター照焼き かに玉 ナムル 中華スープ フルーツ	ライス チーズハンバーグ デミグラス マカロニソテー　バジル風味 花野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	梅おろしそば 野菜のかき揚げ 千草和え フルーツゼリー	≪夏乗りきろうメニュー≫ 豚肉のﾁｰｽﾞﾊﾟﾝ粉焼 具だくさんトマトソース 海老と冬瓜の冷菜 南瓜のハニーマヨサラダ ライス　コンソメスープ フルーツ	御飯 鶏もも肉の唐揚げ 切干大根の煮物 春菊のピーナッツ和え 味噌汁 フルーツ	◎SDGｓメニュー◎ 大豆ミートの ミートドリア ミニオムレツ 彩りサラダ 野菜コンソメスープ フルーツゼリー	御飯 鯖の味噌焼き 蓮根のずんだがけ 白菜のしその実和え すまし汁 ヨーグルト
おやつ	人形焼き	バナナケーキ		お誕生日ケーキ		水ようかん（芋）	ミルクプリン
夕食	御飯 真あじの塩焼き 筑前煮 ほうれん草のお浸し 赤だし味噌汁	御飯 赤魚の葱蒸し 胡麻だれ 大豆の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の 味噌バター焼き 金平ごぼう 胡瓜のポン酢和え すまし汁	御飯 ホキの柚庵焼き さつま揚げの煮物 小松菜の海苔和え 味噌汁	御飯 生姜香る 鱈の煮付け 冷奴　大葉添え 白菜のなめ茸和え 味噌汁	御飯 豚バラ肉の葱塩炒め さつま芋の甘煮 夏野菜の甘酢漬け 具だくさん味噌汁	御飯 鶏もも肉の野菜蒸し ぽん酢添え 茄子の田楽 ブロッコリーのおかか和え すまし汁

	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
朝食	御飯 豆腐の煮物 エンドウのドレッシング和え 納豆 味噌汁	御飯 炒り卵 青梗菜サラダ 漬物 味噌汁	パン 野菜のチーズ焼き ハッシュドポテト コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 厚焼きたまご オニオンサラダ 味噌汁	パン ツナと野菜の炒め物 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 炒り豆腐 ミックスサラダ のり佃煮 味噌汁	御飯 ウインナーと野菜のソテー エンドウのサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食	☆おすすめメニュー☆ 真あじと夏野菜の 甘酢あんかけ 冬瓜のそぼろ煮 オクラの茗荷和え 御飯　味噌汁 フルーツ	 	焼きそば しゅうまい ザーサイ和え 中華スープ フルーツゼリー	 	御飯 鱈の粕漬け焼き 五目大豆 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	チキンカレー クリームコロッケ ハムサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 白身魚の 揚げおろし煮 青梗菜の煮浸し 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツゼリー
おやつ	卵ケーキ	水ようかん（抹茶）	チョコプリン	カステラドーナツ	マロンワッフル	ゆずまんじゅう	黒糖ケーキ
夕食	御飯 豚しゃぶ 焙煎胡麻だれ 金平ごぼう 白菜の柚子和え 味噌汁	御飯 鰤のみりん焼き 切り昆布の煮物 煮豆 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 玉子豆腐 ポテトサラダ 味噌汁	ライス 鶏もも肉の バルサミコソース 野菜のトマト煮 グラッセ ベジタブルスープ	御飯 和風おろしハンバーグ 野菜の焼き浸し 漬物二種 味噌汁	御飯 赤魚の磯辺焼き さつま芋の甘煮 なます 味噌汁	ライス 豚肉の ハニーマスタード焼き グリル野菜 マリネサラダ コーンチャウダー

＊都合により献立を変更することがあります。

COMPASS | JAPAN GROUP