



ゆうあいの郷 予定献立表



一言通信



毎日、本当に暑いですね。そんな中、今年はセミがあまり鳴いていないということが巷で言われたり、ニュース番組でとりあげられたりしています。なんでも、雨の少なかった梅雨や猛暑の影響でセミの羽化が遅れているというのも原因の一つだそうです。

しかし、周りを森というか山に囲まれている、ゆうあいの郷では、ほぼ例年同様セミが力いっぱい鳴いていますのでご安心ください。夕暮れにはヒグラシが風情のある鳴き方もしています。

お食事の様子をうかがう際に、利用者様とセミのお話をすることもあります。セミの声に夏らしさを感じながら、お盆にちなんだ食材でご用意したお食事で、暑い夏を乗り切っていたできるように、職員一同願っております。

ゆうあいの郷
管理栄養士



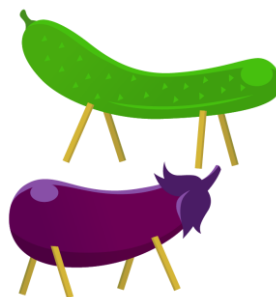
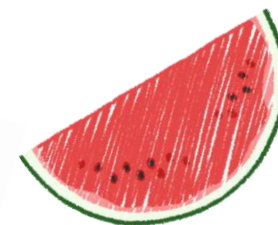
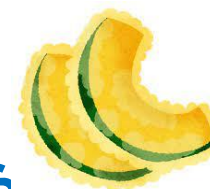
【今月の行事食】



8月15日（金）

「お盆の御献立」

- ・白身魚と夏野菜の天ぷら
- ・茄子の煮びたし
- ・わかめと胡瓜の酢味噌和え
- ・ご飯
- ・そうめん汁
- ・すいか



ゆうあいの郷・厨房

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
1	金	卯の花 青梗菜の辛子マヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	冷やし中華 かぼちゃの煮物 ストロベリーゼリー ご飯	南瓜ケーキ 紅茶	鶏肉の生姜醤油炒め れんこんの煮物 オニオンサラダ ご飯 すまし汁
2	土	炒り卵 わかめのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鯖の味噌煮 里芋の煮物 コーヒーゼリー ご飯 けんちん汁 漬物	人形焼き 緑茶	メンチカツのおろし煮 大豆の煮物 白菜の和え物 ご飯 味噌汁
3	日	ウインナーと野菜のソテー カリフラワーのサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	焼きそば 麩と里芋の煮物 青りんごゼリー 和風スープ	ワッフル (ココア味) ほうじ茶	白身魚のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう 春雨の中華和え ご飯 味噌汁
4	月	スクランブルエッグ 玉ねぎの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	おろしハンバーグ 人参の甘煮 オレンジゼリー ご飯 味噌汁 漬物	吹雪まんじゅう 煎茶	厚揚げと野菜の炒め 筑前煮 ほうれん草の胡麻和え ご飯 中華スープ
5	火	がんもの煮物 ピーマンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	海鮮中華丼 春巻き 切干大根のナムル 中華スープ フルーツ (オレンジ)	レモンケーキ 紅茶	鶏肉の塩こうじ焼き さつま揚げの煮物 おくらのサラダ ご飯 味噌汁
6	水	ジャーマンポテト 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	赤魚の野菜あんかけ 鶏レバーの甘辛煮 茄子のポン酢和え ご飯 味噌汁 漬物	杏仁豆腐 ほうじ茶	豚肉と冬瓜の煮物 青梗菜の炒め物 たぬき冷奴 ご飯 味噌汁
7	木	竹輪のソテー 大根サラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏南蛮そば 里芋の味噌かけ ピーチゼリー ご飯	バームクーヘン コーヒー喫茶	鰯の蒲焼 ピーマンソテー 玉ねぎのゆかり和え ご飯 味噌汁

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
8	金	高野豆腐の煮物 マカロニサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉の生姜焼き風 根菜の煮物 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 フルーツ	どら焼き 緑茶	五目卵焼き 春雨の炒め物 小松菜のナムル ご飯 和風スープ
9	土	魚肉ソーセージと野菜のソテー 茄子のピリ辛和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	揚げ出し豆腐 大根のそぼろあん ぶどうゼリー ご飯 すまし汁 漬物	大納言カステラ (きなこ) ほうじ茶	鶏肉の甘酢炒め 竹輪の煮物 もやしと干しエビの和え物 ご飯 味噌汁
10	日	目玉焼き 豆サラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	カレーの煮つけ れんこんの炒め物 ストロベリーゼリー ご飯 味噌汁 漬物	パウンドケーキ 紅茶	キーマカレー キャベツのソテー アガエツクのサラダ 福神漬け
11	月	ハムと野菜のクリーム煮 切干大根の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏肉の山椒焼き 冬瓜の煮物 青梗菜のなめ茸和え 山菜ご飯 味噌汁	青りんごゼリー ほうじ茶	鯖のムニエルタルタルソース シュウマイ 人参サラダ ご飯 コンソメスープ
12	火	厚揚げの煮物 ほうれんそうの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	赤魚の中華煮 大学芋 オレンジゼリー ご飯 味噌汁 漬物	ワッフル (カスタード) ほうじ茶	海鮮塩炒め 高野豆腐の煮物 ひじきとれんこんのサラダ ご飯 中華スープ
13	水	炒り卵 もやしのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	きつねうどん さつま揚げの炒め物 コーヒーゼリー ご飯	黒糖まんじゅう 煎茶	鶏つくね かぼちゃの煮物 春雨の和え物 ご飯 味噌汁
14	木	がんもの煮物 おくらのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	牛丼 いんげんと卵の炒め物 大根サラダ 味噌汁 フルーツ	バターケーキ コーヒー喫茶	ぶりの幽庵焼き 五目豆 小松菜の辛子和え ご飯 すまし汁

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
15	金	鶏団子の煮物 ｽﾀｯﾌﾟ ﺍﾝﾄﾞﾙ と 干 し ﺍ ﺋ ﺒ ﺌ の 和 え 物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	《お盆の御献立》 白身魚と夏野菜の天ぷら 茄子の煮びたし わかめと胡瓜の酢味噌和え ご飯・そうめん汁 すいか	ロールケーキ 紅茶	ポークチャップ きのこのﾊﾞﾀｰ 醬油炒め カリフラワーのサラダ ご飯 コンソメスープ
16	土	スクランブルエッグ 青梗菜の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鶏肉の塩だれ炒め 切干大根煮 春雨サラダ ご飯 味噌汁 漬物	ストロベリー ババロア 紅茶	いか団子の野菜あんかけ さつま芋の煮物 スパゲティサラダ ご飯 中華スープ
17	日	ウインナーと野菜の洋風煮 いんげんのマヨサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	ハンバーグデミグラスソース ビーマンソテー ぶどうゼリー ご飯 コンソメスープ 漬物	どら焼き (カスタード) ほうじ茶	厚揚げとツナの炒め物 麩の卵とじ ほうれん草のナムル ご飯 味噌汁
18	月	竹輪のソテー 海藻サラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鰯の胡麻焼き 茄子の生姜あんかけ 杏仁豆腐 ご飯 豚汁 漬物	バームクーヘン (チョコ味) 紅茶	チキンライス ミニコロッケ ブロッコリーのサラダ ポタージュスープ
19	火	卵の花 キャベツのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉の味噌漬け焼き ひじきの煮物 冷奴 ご飯 かきたま汁 漬物	オレンジゼリー ほうじ茶	カレイの照り焼き 白菜の煮びたし ポテトサラダ ご飯 味噌汁
20	水	目玉焼き カリフラワーのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	海鮮と春雨の炒め物 かぼちゃの煮物 ストロベリーゼリー ご飯 味噌汁 漬物	㊗誕生日会 ティラミス ケーキ 紅茶	タンドリーチキン ビーマンと竹輪の炒め物 茄子のおかか和え ご飯 味噌汁
21	木	厚揚げの煮物 マカロニサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	白身魚のフライ 大豆の煮物 コーヒーゼリー ご飯 味噌汁 漬物	パウンドケーキ コーヒー喫茶	豚肉のオイスター炒め 青梗菜の中華煮 わかめの酢の物 ご飯 中華スープ

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
22	金	炒り卵 人参の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	チキンカレーライス れんごんの炒め物 ピーチゼリー 福神漬け コンソメスープ	大納言カステラ (抹茶) 緑茶	大豆ミートのハンバーグ きのこソテー 大根サラダ ご飯 コンソメスープ
23	土	白はんぺんのソテー ほうれん草と干しエビの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	豚肉の香味炒め 里芋の煮物 コーンサラダ ご飯 和風スープ フルーツ	ワッフル (ココア味) ほうじ茶	赤魚の煮つけ 鶏レバーの炒め物 ひじきとごぼうのサラダ ご飯 かきたま味噌汁
24	日	ハムと野菜のソテー 春雨サラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	千草焼き じゃがいもの煮物 ぶどうゼリー ご飯 味噌汁 漬物	レモンケーキ 紅茶	麻婆豆腐 さつま揚げの炒め物 もやしの胡麻和え ご飯 中華スープ
25	月	厚揚げの炒め物 おくらのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	味噌カツ ブロッコリーの和風煮 豆サラダ ご飯 すまし汁 フルーツ	アイスクリーム (バニラ味) ほうじ茶	いか団子と野菜の塩炒め 玉ねぎの卵とじ ｽﾀｯﾌﾟ ﺍﾝﾄﾞﾙ の 和 え 物 ご飯 味噌汁
26	火	スクランブルエッグ 切干大根のピリ辛和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	茄子と鶏肉の冷やしそうめん 冬瓜の煮物 ほうれん草のサラダ ご飯	紅葉まんじゅう 煎茶	豆腐のカニ風味あんかけ かぼちゃの煮物 ビーマンのナムル ご飯 和風スープ
27	水	ジャーマンポテト いんげんのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	鰯のムニエルバター 醬油 厚揚げの葱ダレ オレンジゼリー ご飯 味噌汁 漬物	バームクーヘン 紅茶	鶏肉の照り焼き 麩と野菜の煮物 もやしの和え物 ご飯 味噌汁
28	木	高野豆腐の煮物 わかめの和風マヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	ロコモコ風洋風そぼろ丼 きのこソテー 春雨の酢の物 コンソメスープ フルーツヨーグルト	マンゴープリン コーヒー喫茶	ぶりの塩麹焼き 青梗菜の煮びたし 切干大根のサラダ ご飯 味噌汁

日付	曜日	朝食	昼食	おやつ	夕食
29	金	竹輪の煮物 ひじきと蓮根のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	肉豆腐 人参のきんぴら ぶどうゼリー ご飯 味噌汁 漬物	バターケーキ ほうじ茶	中華風卵焼き カリフラワーの中華煮 おからと柴漬けのサラダ ご飯 中華スープ
30	土	鶏団子の煮物 ブロッコリーの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 牛乳	白身魚のトマトソースかけ 茄子の炒め物 ピーチゼリー バターライス 卵スープ	黒糖まんじゅう 煎茶	豚肉とごぼうのしぐれ煮 いんげんのソテー キャベツのサラダ ご飯 味噌汁
31	日	目玉焼き スパゲティサラダ パン ポタージュスープ フルーツ 牛乳	鶏肉の塩昆布炒め 大根の煮物 白菜のサラダ ご飯 味噌汁 漬物	ストロベリー ゼリー 紅茶	鯡の焼き浸し じゃがいもの煮物 春雨の中華和え ご飯 和風スープ