



8月の献立

※食材の入荷により献立が変更になる場合がございます。

フォーライフ桃郷

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3 (はちみつの日)	4	5 (パン粉の日)	6
昼食		お赤飯 すまし汁 鮭おろし煮 ささみとごぼうのサラダ オレンジ	ごはん わかめスープ 回鍋肉 薩摩芋と昆布の煮物 巨峰or黄桃	スパゲッティ・ポロネーゼ オニオンスープ 豆たっぷりサラダ キウイフルーツ	ごはん けんちん汁 鯖の塩焼き 里芋のそぼろ煮 フルーツカクテル	ごはん コンソメスープ チキンの香草パン粉焼き かき揚げポテトサラダ メロンor黄桃缶	ごはん みそ汁 野菜豆腐のあんかけ おくら胡麻和え 果物
おやつ		いもようかん 甘納豆	レモンのロールケーキ クッキー	はちみつゼリー クリームサンドクッキー	マドレーヌ ウエハース	今川焼き せんべい	オレンジゼリー
	7 (バナナの日)	8	9 (ハンバーグの日)	10	11	12	13
昼食	ごはん コンソメスープ エビフライ・かぼちゃコロッケ カニ風味スパゲッティサラダ バナナ	ごはん 中華スープ 八宝菜 薩摩芋と昆布の煮物 巨峰or黄桃	ミルクパン コンソメスープ 煮込ハンバーグ オニオン&コールスロー バナナ	ごはん 中華スープ 芙蓉蟹 ごぼうの鶏そぼろ和え キウイフルーツ	ハヤシライス コンソメスープ シーザーサラダ オレンジ	ごはん 鍋汁 豚の梅炒め 豆たっぷりサラダ ヨーグルト	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 オニオン&コールスロー 果物
おやつ	カスタードケーキ サブレ	杏仁豆腐 ドーナツ	コーヒゼリー ウエハース	プチケーキ バームロール	抹茶あんケーキ せんべい	アイスクリーム サブレ	アイスクリーム
	14	15 (終戦記念日)	16	17 (パイナップルの日)	18	19	20
昼食	五目炒飯or中華粥 わかめスープ 焼売 中華サラダ フルーツカクテル	そうめん 麻婆茄子 おくらとモロヘイヤのおかか和え すいかゼリー	ごはん スープ シーフードカレー カッテージチーズのサラダ キウイフルーツ	ごはん すまし汁 豚肉の醤油蒸し ひじきの煮物 パイナップル	ごはん みそ汁 鶏肉の唐揚げ さつまいもサラダ 巨峰or黄桃	ごはん 中華スープ チンジャオロース 小松菜のきのこ和え オレンジ	ごはん みそ汁 鶏肉の幽庵焼き 春菊の胡麻和え 果物
おやつ	コーヒゼリー マドレーヌ	季節の和菓子：夏色あさがお やわらかおかき(砂糖醤油)	ミルクプリン チョコレート	パイナップルゼリー サブレ	栗カステラ饅頭 せんべい	プチケーキ クッキー	ストロベリーゼリー
	21	22	23	24	25	26	27
昼食	ごはん オニオンスープ 鮭のクリームソースかけ ブロッコリーとささみのサラダ フルーツカクテル	ごはん コンソメスープ キーマカレー ヤングコーンとチーズのサラダ ヨーグルト	かき揚げうどん ごぼうの鶏そぼろ和え 巨峰or黄桃	ごはん みそ汁 ぶり大根 ごぼうサラダ オレンジ	ごはん すまし汁 赤魚のとろろ蒸し 枝豆の和え物 バナナ	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き おくら胡麻和え フルーツカクテル	ごはん みそ汁 鶏肉の塩こうじ焼き ほうれん草の白和え 果物
おやつ	カステラ 甘納豆	たいやき やわらかおかき(きなこ)	ヨーグルトパバロア バームロール	ホワイトミニ ウエハース	アイスクリーム サブレ	抹茶ようかん せんべい	クリームチーズとヨーグルトのデザート
	28	29	30	31 (野菜の日)	栄養一ロメロ 日本産バナナの秘密 8月7日は語呂合わせから「バナナの日」に制定されています。身近な南国フルーツの代表格のバナナですが、実は日本でも栽培されているのをご存じでしょうか？バナナの栽培には20～30℃が適しており、冬は15℃を下回る本州では栽培が難しいとされてきました。そこで編み出されたのが「凍結解凍覚醒法」(とうけつかいとうかくせいほう)という農法です。これは特殊な溶液に浸した種子を、マイナス60度でゆっくり凍結し、解凍します。この工程を経た苗は耐寒性を持ち、零下17度まで耐えられるそうです。国産バナナが当たり前の時代がくるかもしれませんね♪		
昼食	ごはん 中華スープ 麻婆茄子 おからピーンズ キウイフルーツ	ごはん たまごスープ タラのチリソース ツナマカロニサラダ バナナ	ごはん 和風ロールキャベツ スパゲッティサラダ キウイフルーツ	ごはん スープ 野菜たっぷりカレー グリーンサラダ ヨーグルト			
おやつ	チョコレートパバロア クッキー	クリームコンフェ チョコレート	人形焼き おかき	やさしいゼリー クッキー			