

2022年度 8月 献立表（おかゆ食）



曜	日		献立名		材料名			
			昼食	午後おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
月	1	15	おかゆ わかめスープ 豆腐の五目煮	黒糖くずもち	わかめ,絹ごし豆腐,鶏さ さ身,きな粉(大豆)	米,じゃがいも,黒砂糖, かたくり粉	こまつな,玉葱,にんじん	水,だし汁
火	2	16	おかゆ みそ汁(なす) しらす野菜煮	煮込みそうめん	しらす干し,わかめ,かつ お節	米,かたくり粉,そうめ ん・ひやむぎ(乾)	なす,玉葱,キャベツ,に んじん	水,だし汁,みそ
水	3	17	おかゆ さつまいものスープ 青菜とツナの煮びたし	おかか粥	ツナ缶(水煮),かつお 節	米,さつまいも,かたくり 粉	にんじん,こまつな,キャ ベツ,玉葱	水,だし汁
木	4	18	おかゆ かぼちゃのスープ 鶏の2色野菜煮	キャロットチーズ粥	鶏ささ身,パルメザン チーズ	米,麩,じゃがいも,かた くり粉	かぼちゃ,にんじん	水,だし汁
金	5	19	おかゆ 和風スープ(麩と玉ねぎ) しらす野菜煮	スティックパン	しらす干し	米,麩,かたくり粉,食パ ン,バター	玉葱,ほうれんそう,にん じん	水,だし汁
月	8	22	おかゆ みそ汁(かぼちゃ) 高野豆腐のうま煮	フルーツゼリー(りんご)	凍り豆腐,鶏ささ身,粉寒 天	米,かたくり粉	かぼちゃ,玉葱,チンゲン サイ,にんじん,りんご濃 縮還元ジュース	水,だし汁,みそ
火	9	23	おかゆ 和風スープ(麩と人参) しらすの彩り煮	きな粉マカロニ	しらす干し,きな粉(大 豆)	米,麩,かたくり粉,マカ ロニ,砂糖	にんじん,玉葱,ほうれん そう,もやし	水,だし汁
水	10	24	おかゆ さつまいものスープ キャベツの煮びたし	果物(すいか)	鶏ささ身	米,さつまいも,かたくり 粉	玉葱,キャベツ,きゅう り,にんじん,すいか	水,だし汁
木		25	おかゆ チンゲンサイのスープ マーボー豆腐風 果物(バナナ)	かぼちゃのお焼き	絹ごし豆腐,鶏ささ身	米,かたくり粉,油	チンゲンサイ,玉葱,にん じん,もやし,バナナ,か ぼちゃ	水,だし汁
金	12	26	スープパグッティ キャベツの煮びたし風 さつまいもマッシュ	キャロットチーズ粥	ツナ缶(水煮),かつお 節,パルメザンチーズ	スパグッティ,かたくり 粉,さつまいも,米	こまつな,玉葱,キャベ ツ,にんじん	だし汁,水
月		29	おかゆ 和風スープ(豆腐) じゃがいものそぼろ煮	果物(バナナ)	絹ごし豆腐,鶏ささ身	米,じゃがいも,かたくり 粉	にんじん,きゅうり,パナ ナ	水,だし汁
火		30	わかめ粥 みそ汁(チンゲン菜) 鮭の野菜煮びたし	チーズスティックパン	わかめ,鮭,パルメザン チーズ	米,かたくり粉,食パン, バター	チンゲンサイ,えのきた け,にんじん,オクラ	水,だし汁,みそ
水		31	三色うどん かぼちゃとひじきの含め煮 果物(スイカ)	のりおかか粥	鶏ささ身,ひじき(乾),か つお節,あおのり	うどん(ゆで),かたくり 粉,米	トマト,きゅうり,もや し,かぼちゃ,すいか	だし汁,水

※味付けに、塩・砂糖・醤油・味噌の調味料を使用します。

※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

