

🌐 は世界の料理の日です

8月の献立表

—変更となる場合がございますがご了承ください—

令和5年

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|--|--|---|---|--|
| <p>今月の世界の料理は ハワイ（アメリカ）をイメージしています。 ハワイの言葉でロミロミは「揉む」という意味。 様々な野菜を塩で揉み、 魚介類と合わせて さっぱりとした味付で いただきます。</p>  | | <p>1 ゆかりご飯 五目味噌うどん オクラ胡麻和え ヤムニョムチキン</p> <p>すいか 黒糖饅頭</p> | <p>2 鶏ごぼう散らし</p> <p>白菜梅かか和え 茶碗蒸し</p> <p>赤だし サイダーゼリー</p> <p>薄皮饅頭</p> | <p>3 ご飯 メンチカツ 切干と大葉のさっぱり和え スナップツナ煮</p> <p>味噌汁 桃缶</p> <p>ミニどら焼き</p> | <p>4 ご飯 鶏肉照り煮 ほうれん草お浸し さつま芋オレンジジュース煮</p> <p>味噌汁 ココアムース</p> <p>たまご饅頭</p> | <p>5 もち麦入りひじきご飯 鮭の塩バターレモン焼き いんげんコーンサラダ じゃが芋そぼろ煮</p> <p>清まし汁 あんみつ</p> <p>今川焼き</p> |
| <p>6 ご飯 牛玉とじ グリーンサラダ 煮奴</p> <p>味噌汁 ヨーグルトムース</p> <p>薄皮パン</p> | <p>7 ご飯 鯨南蛮漬け ほうれん草ナッツ和え 里芋と牛肉の甘辛煮</p> <p>清まし汁 メロン</p> <p>バウムクーヘン</p> | <p>8 ご飯 鶏塩麹焼き スナップ昆布茶和え にらエビ玉和え</p> <p>味噌汁 キャラメルムース</p> <p>ゆめパン</p> | <p>9 夏野菜カレー</p> <p>盛り合わせサラダ 手作りチキンナゲット</p> <p>桃ヨーグルト </p> <p>カットロール</p> | <p>10 炊き込みご飯 白身魚の西京焼き 小松菜五目和え もやしの和風煮</p> <p>とろろ昆布とオクラの汁 リンゴゼリー</p> <p>カステラ</p> | <p>11 巻きずし 稲荷ずし モロヘイヤ湯葉和え ふろふき大根</p> <p>清まし汁 杏仁フルーツ</p> <p>ドームケーキ</p> | <p>12 ご飯 牛甘辛炒め薬味のせ 南瓜サラダ 金平ごぼう</p> <p>味噌汁 ミックスゼリー</p> <p>シフォンケーキ</p> |
| <p>13 コーンピラフ エビ&フィッシュフライ キャベツレモン和え いんげんスープ煮</p> <p>ミネストローネ ダイスゼリー</p> <p>三角蒸し</p> | <p>14 ご飯 鶏コマガーリック炒め モロヘイヤかか和え 関東煮</p> <p>味噌汁 レモネードゼリー</p> <p>水ようかん</p> | <p>15 ニラ玉そぼろ丼</p> <p>じゃが芋と胡瓜の中華和え はんぺん明太チーズ焼き</p> <p>清まし汁 フルーツポンチ</p> <p>紅葉饅頭</p> | <p>16 ご飯 鯖竜田揚げ 青梗菜ナムル もやしときくらげの中華煮</p> <p>味噌汁 オレンジ</p> <p>栗カステラ饅頭</p> | <p>17 ご飯 豚キムチ炒め 大根サラダ ほうれん草白味噌煮</p> <p>かきたま汁 いちごミルク寒天</p> <p>桃山</p> | <p>18 わかめご飯 山かけうどん 茄子ポン酢和え 天ぷら小盛合わせ</p> <p>すいか </p> <p>冷やしぜんざい</p> | <p>19 ご飯 魚の蒲焼き モズク酢 アスパラ塩コショウ炒め</p> <p>豚汁 アイスクリーム</p> <p>冷やしぜんざい</p> |
| <p>20 ご飯 チキンステーキ ひじきのサラダ じゃが芋オクラカレー煮</p> <p>味噌汁 メロン</p> <p>ロールちゃん</p> | <p>21 ロコモコ丼</p> <p>🌐 ロミロミサラダ ガーリックシュリンプ</p> <p>オニオンスープ パイナップルゼリー</p> <p>苺スペシャル </p> | <p>22 麦ごはん 鮭の塩焼き 小松菜菜種和え 豚ともやしさっぱり炒め とろろ モロヘイヤとモズクの汁 オレンジ</p> <p>和のパンケーキ</p> | <p>23 高菜胡麻ご飯 肉うどん 茄子ワサビ和え 炒り豆腐</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>デニッシュ</p> | <p>24 ご飯 鶏唐揚げ梅ドレ和え いんげん胡麻味噌和え キャベツ旨煮</p> <p>味噌汁 すいか</p> <p>クリームコンフェ</p> | <p>25 ご飯 赤魚の煮つけ オクラ中華和え 麩の卵とじ 肉みそ おぼろ豆腐となめこの汁 レモンムース</p> <p>スイートポテト</p> | <p>26 タコと生姜のご飯 とん平焼き ほうれん草なめ草和え さつま芋黒糖煮</p> <p>味噌汁 みかん缶</p> <p>ミニワッフル</p> |
| <p>27 ご飯 鯖の胡麻焼き 切干梅生姜和え 小松菜とあげの煮浸し</p> <p>けんちん汁 アイスクリーム</p> <p>バナナカステラ</p> | <p>28 鮭玉ちらし寿司</p> <p>ピーマンツナマヨ和え 冬瓜白だし煮</p> <p>赤だし オレンジ</p> <p>抹茶饅頭</p> | <p>29 ご飯 豆腐ハンバーグ モロヘイヤきのこ和え ゴーヤチャンプルー</p> <p>味噌汁 梅ゼリー</p> <p>ミニたい焼き</p> | <p>30 ご飯 鶏のトマト煮込み もやしとゼンマイの塩ナムル さつま芋ココナッツオイル炒め 手作りふりかけ</p> <p>味噌汁 桃缶</p> <p>ゆめパン</p> | <p>31 中華おこわ 八宝菜 春雨サラダ 中華三種盛り</p> <p>きくらげと卵のスープ 杏仁豆腐</p> <p>むらすずめ</p> | <p>ライスの上にハンバーグと目玉焼きをのせ 肉の旨味たっぷりのソースをかけた ロコモコ丼も定番ですね！ 実は、ハワイ島にあった 日系人レストランが 発祥とされています。</p>  | |