



週間献立表



	8月26日 月曜日	8月27日 火曜日	8月28日 水曜日	8月29日 木曜日	8月30日 金曜日	8月31日 土曜日	9月1日 日曜日
朝食	和食 ご飯 だし巻き卵 しろ菜の和え物 味噌汁	ご飯 小松菜の和風和え いんげんの炒め物 味噌汁	ご飯 スナップサラダ 野菜のたまごとし 味噌汁	ご飯 マカロニサラダ もやし炒め 味噌汁	ご飯 オムレツ 金平ごぼう 味噌汁	ご飯 じゃが芋とウィンナーの洋風炒め きのこの和え物 味噌汁	ご飯 いんげんの中華和え 炒り卵 味噌汁
	洋食 パン だし巻き卵 果物 飲料 ご飯	パン 小松菜の和風和え 果物 飲料 ご飯	パン スナップサラダ 果物 飲料 ご飯	クリームエスカルゴ マカロニサラダ 果物 飲料 ご飯	パン オムレツ 果物 飲料 ご飯	パン じゃが芋とウィンナーの洋風炒め 果物 飲料 ご飯	パン いんげんの中華和え 果物 飲料 ご飯
昼食	A 旬：冬瓜 	あじの生姜煮 	島根グルメ 	白身魚の野菜あんかけ 	鶏肉の照り焼き 	冷)とろろそば 	鶏肉のカレー炒め 
	B 冬瓜と豚肉の煮物 	なすソテー きのこサラダ 味噌汁	松江カツライス 果物 コンソメスープ	ビーフン炒め物 しろ菜のナムル すまし汁	煮豆 胡麻ドレサラダ すまし汁	鯖の幽庵焼き 	鯖の漬け焼き 
	大根と昆布の炒め物 青梗菜の和え物 味噌汁	なすソテー きのこサラダ 味噌汁	果物 コンソメスープ	ビーフン炒め物 しろ菜のナムル すまし汁	煮豆 胡麻ドレサラダ すまし汁	酢の物 カリフラワーのさっと煮 味噌汁	ブロッコリーソテー 春雨のサラダ すまし汁
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯 鮭の西京漬け 金時豆 スナップの中華和え すまし汁	ご飯 豆腐ハンバーグ 里芋煮 ほうれん草の胡麻和え すまし汁	ご飯 太刀魚の山椒焼き 大根の信田煮 れんこんの甘酢和え 味噌汁	ご飯 田舎散らし 厚揚げ煮 里芋のサラダ 味噌汁	ご飯 赤魚の有馬煮 ひじき煮 小松菜の昆布和え すまし汁	ご飯 玉子巻き寿司 煮奴 春菊のおひたし すまし汁	ご飯 メンチカツ がんもの煮物 菜の花の和え物 味噌汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいませようよろしくお願い致します。



■ 冬瓜 ■

冬瓜は「冬の瓜」と書くことから冬が旬と思われがちですが、夏に最盛期を迎えます。

おもな収穫時期は、6～9月です。

夏に収穫して適切に保存すれば冬まで持つことから、冬瓜と呼ばれるようになりました。