



8月の献立



	07月29日(月)	07月30日(火)	07月31日(水)	08月01日(木)	08月02日(金)	08月03日(土)	08月04日(日)
朝	食パン マカロニのトマト煮 花野菜サラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(キャベツ・しめじ) 大根と鶏肉の煮物 畑菜の和え物 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・若布) さつま揚げとピーマンの炒め煮 なすの和風和え 牛乳	御飯 みそ汁(えのき・うずまき麴) 卵とじ 小松菜のお浸し 野菜ジュース	御飯 みそ汁(玉葱・貝割れ) がんと冬瓜の煮物 ちくわと青梗菜の炒め物 牛乳	卵雑炊 野菜炒め しば漬け 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・大根葉) じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し 牛乳
昼	御飯 コンソメスープ(畑菜・人参) チキンステーキ もやしのソテー 選択食	御飯 みそ汁(玉葱・絹さや) たらの磯部揚げ いんげんの炒め煮 卵豆腐	御飯 清汁(はんぺん・豆苗) 豚肉の味噌炒め 青菜の煮浸し 香の物(しその実漬け)	御飯 みそ汁(ほうれん草・おつゆ麴) あじの南蛮漬け 切干大根の炒め煮 香の物(赤しその実漬け)	御飯 みそ汁(おつゆ麴・若布) 鶏肉の照り焼き 大根きんぴら きゅうりの塩昆布和え	シーフードカレー コンソメスープ(マッシュルーム・豆苗) カリフラワーソテー ジョア(パイン)	海老ピラフ コンソメスープ(冬瓜・コーン) クリームコロッケ マカロニサラダ
夕	御飯 みそ汁(キャベツ・豆苗) 赤魚の粕漬け 冬瓜のくず煮 オクラの生姜醤油和え	御飯 ペーコンキッシュ クリームトマトソースがけ 青梗菜のソテー キャロットサラダ コンポート(黄桃)	御飯 擬製豆腐 ひじきの五目煮 白菜のからし和え コンポート(マンゴー)	御飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの炒め物 青菜とえのきの和え物 フルーツ(バナナ)	御飯 中華スープ(青梗菜・胡麻) 八宝菜 海鮮しゅうまい フルーツ(オレンジ)	御飯 牛肉のしぐれ煮 なすの揚げ浸し 白菜の磯和え 納豆	御飯 みそ汁(玉葱・油揚げ) あじの蒲焼 かぶの煮物 野菜の甘酢漬け
一日合計	エネルギー 1359kcal 蛋白質 54.4g 脂質 27.7g 炭水化物 216.4g 食塩 6.6g	エネルギー 1544kcal 蛋白質 64.4g 脂質 41.4g 炭水化物 220.1g 食塩 7.5g	エネルギー 1494kcal 蛋白質 52.5g 脂質 37.7g 炭水化物 227.2g 食塩 7.5g	エネルギー 1455kcal 蛋白質 58.1g 脂質 33g 炭水化物 224.9g 食塩 8g	エネルギー 1412kcal 蛋白質 55.5g 脂質 34.7g 炭水化物 209g 食塩 7.5g	エネルギー 1517kcal 蛋白質 61.3g 脂質 46.3g 炭水化物 207.4g 食塩 10.2g	エネルギー 1566kcal 蛋白質 56.7g 脂質 38.6g 炭水化物 239.2g 食塩 9.1g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。



8月の献立



	08月05日(月)	08月06日(火)	08月07日(水)	08月08日(木)	08月09日(金)	08月10日(土)	08月11日(日)
朝	食パン クラムチャウダー かに風味サラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(もやし・水菜) 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 牛乳	御飯 みそ汁(しろな・おつゆ麴) アスパラとカニカマ卵とじ カリフラワーのマヨネーズ和え 牛乳	御飯 みそ汁(玉葱・絹さや) さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え 野菜ジュース	御飯 みそ汁(白菜・椎茸) 豆腐の含め煮 キャベツとツナのサラダ 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・若布) いかつみれの煮物 小松菜としめじの和え物 牛乳	御飯 みそ汁(畑菜・うずまき麴) 豚肉と大根の炒り煮 白菜のおかか和え 牛乳
昼	御飯 かき玉汁 かれいのおろし煮 豚肉と蓮根のみそ炒め 香の物(しば漬け)	御飯 清汁(とろろ・葱) 豚肉のポン酢炒め さつま芋の煮物 きょうろぶき	◎ 秋の節分 ◎ 太巻き・梅握り 赤だし味噌汁 イワシの蒲焼 ひじきと大豆の煮物	冷やしそば かき揚げ 鶏肉と大根の煮物 いちごムース	御飯 みそ汁(じゃが芋・葱) 焼き肉 かにしゅうまい 春雨の中華和え	御飯 清汁(はんぺん・豆苗) めだいの葱醤油焼き なすとピーマンの炒め物 昆布佃煮	三色丼 みそ汁(玉葱・大根葉) ほうれん草の煮浸し きゅうりのゆかり和え
夕	御飯 清汁(白玉麴・葱) 鶏肉のチーズ焼き 二色和え コンポート(みかん)	御飯 みそ汁(大根・油揚げ) さばの香味焼き オクラのおかか和え フルーツ(パイン)	御飯 中華スープ(ワンタン・にら) 回鍋肉 あさりと冬瓜の中華煮 春雨サラダ	御飯 黄金がれいひの煮付け もやしのソテー 畑菜のわさび和え うぐいす豆	御飯 千草焼き ひじきの煮物 青菜のお浸し フルーツ(バナナ)	御飯 みそ汁(じゃが芋・えのき) 鶏肉のハニーマスタード焼き 納豆 オクラのポン酢和え	御飯 白身魚のフライ じゃが芋の洋風煮 野菜サラダ フルーツ(オレンジ)
一日合計	エネルギー 1390kcal 蛋白質 58.6g 脂質 29.8g 炭水化物 212.2g 食塩 6.8g	エネルギー 1507kcal 蛋白質 60.5g 脂質 39.8g 炭水化物 218.6g 食塩 7.9g	エネルギー 1553kcal 蛋白質 55.8g 脂質 50.7g 炭水化物 211.4g 食塩 10.1g	エネルギー 1270kcal 蛋白質 50.2g 脂質 14g 炭水化物 230.4g 食塩 7.5g	エネルギー 1597kcal 蛋白質 59.4g 脂質 46.3g 炭水化物 226.5g 食塩 7g	エネルギー 1472kcal 蛋白質 64.7g 脂質 33.5g 炭水化物 220g 食塩 8.4g	エネルギー 1477kcal 蛋白質 56.2g 脂質 34.9g 炭水化物 227.7g 食塩 7.3g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。



8月の献立



	08月12日(月)	08月13日(火)	08月14日(水)	08月15日(木)	08月16日(金)	08月17日(土)	08月18日(日)
朝	キャロット食パン マカロニのトマト煮 花野菜サラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(大根・若布) ちくわの甘辛煮 小松菜のごま和え 牛乳	御飯 みそ汁(白菜・玉葱) 豆腐のそぼろがけ ほうれん草のお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(豆腐・しめじ) スクランブルエッグ チンゲン菜とツナの和え物 野菜ジュース	御飯 みそ汁(畑菜・おつゆ麴) 五目がんもの煮物 白菜のゆかり和え 牛乳	御飯 みそ汁(里芋・揚げ) 野菜つみれの煮物 小松菜のお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(玉葱・えのき) 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え 牛乳
昼	御飯 みそ汁(卵・にら) 白身魚の香味蒸し 冬瓜のくず煮 うずら豆	御飯 みそ汁(キャベツ・しめじ) 豚肉の梅みそ炒め もやしと人参の炒め物 ブロッコリーサラダ	御飯 みそ汁(椎茸・豆苗) 鶏肉の竜田揚げ かぶの煮物 きやらぶき	御飯 清汁(素麺・貝割れ) めぬけのみりん焼き じゃが芋の含め煮 浅漬け(大根)	チキンカレー コンソメスープ(マッシュルーム・大根葉) コールスローサラダ ジョア(マスカット)	スパゲティミートソース(HB) コンソメスープ(キャベツ・えのき) もやしと卵の炒め物 ごぼうサラダ	御飯 みそ汁(卵・葱) 豚肉の玉葱ソース炒め さつま芋の甘煮 二色和え
夕	御飯 鶏肉の玉葱ソース 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 コンポート(洋梨)	御飯 みそ汁(里芋・大根葉) 赤魚の照り焼き なすの揚げ浸し コンポート(みかん)	御飯 ぶりの生姜煮 れんこんきんぴら しろ菜のからし和え 納豆	御飯 中華スープ(キャベツ・ワカメ) 豚肉と野菜の中華炒め 海鮮しゅうまい 中華和え	御飯 めぬけの漬け焼き 切干大根の炒め煮 白菜の磯和え フルーツ(パイン)	御飯 中華風卵焼き かぼちゃの煮物 青梗菜のナムル フルーツ(バナナ)	御飯 清汁(白玉麴・貝割れ) めばるの山椒焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 キャベツの青じそ和え
一日合計	エネルギー 1424kcal 蛋白質 58.5g 脂質 29.1g 炭水化物 223.1g 食塩 7g	エネルギー 1486kcal 蛋白質 59.8g 脂質 37g 炭水化物 220.2g 食塩 8.4g	エネルギー 1596kcal 蛋白質 69.1g 脂質 47.4g 炭水化物 213.3g 食塩 7.4g	エネルギー 1432kcal 蛋白質 53.9g 脂質 37.2g 炭水化物 209.2g 食塩 7.7g	エネルギー 1511kcal 蛋白質 59.8g 脂質 36.1g 炭水化物 230.8g 食塩 8g	エネルギー 1560kcal 蛋白質 58.4g 脂質 43.4g 炭水化物 230.4g 食塩 8.5g	エネルギー 1534kcal 蛋白質 58g 脂質 38.4g 炭水化物 230.7g 食塩 6.7g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。



8月の献立



	08月19日(月)	08月20日(火)	08月21日(水)	08月22日(木)	08月23日(金)	08月24日(土)	08月25日(日)
朝	食パン クリーム煮 チンゲン菜ソテー(小松菜) リンゴジュース	御飯 みそ汁(豆腐・貝割れ) オムレツ 青菜のおろし和え 牛乳	卵雑炊 じゃが芋とツナの炒め物 梅干し 牛乳	御飯 みそ汁(さつま芋・貝割れ) 野菜炒め ほうれん草のなめたけ和え 野菜ジュース	御飯 みそ汁(青菜・しめじ) 肉詰めいなりの煮物 白菜のゆかり和え 牛乳	御飯 清汁(若布・葱) 大根きんぴら なすの和風和え 牛乳	御飯 みそ汁(じゃが芋・大根葉) 厚焼き卵 白菜のおかか和え 牛乳
昼	世界の料理🇮🇹イタリア バターライス アクアパッツァ 野菜のマリネ チョコムース	御飯 みそ汁(若布・豆苗) 豚肉のにんにく醤油炒め 里芋の煮物 カリフラワーの甘酢漬け	御飯 みそ汁(玉葱・にら) かぼちゃコロッケ ブロッコリーサラダ コンポート(みかん)	御飯 みそ汁(豆腐・絹さや) 赤魚の煮付け 大根とさつま揚げの煮物 うぐいす豆	御飯 みそ汁(おつゆ麩・長葱) 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 小松菜の和え物	冷やし中華 焼き餃子 青梗菜のナムル メロンゼリー	御飯 清汁(とろろ・葱) かれいの揚げ浸し じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し
夕	御飯 みそ汁(じゃが芋・絹さや) 鶏肉の柚子こしょうソース なすの含め煮 小松菜のごま和え	御飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜の生姜煮 チンゲン菜のお浸し コンポート(洋梨)	御飯 めだいのみりん焼き 鶏肉とれんこんの炒り煮 もやしのごま風味和え 浅漬け(きゅうり)	御飯 清汁(はんぺん・若布) 豚肉のバター醤油ソテー 畑菜のおかか和え フルーツ(すいか)	御飯 ペーコシキッシュ クリーミートマトソースがけ あさりとブロッコリーの炒め物 春雨サラダ コンポート(黄桃)	御飯 さばの塩焼き ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え 納豆	御飯 コンソメスープ(畑菜・マッシュルーム) ポークチャップ 野菜サラダ フルーツ(バナナ)
一日合計	エネルギー 1528kcal 蛋白質 57.8g 脂質 42.9g 炭水化物 213g 食塩 6.7g	エネルギー 1546kcal 蛋白質 49.6g 脂質 41.1g 炭水化物 234.2g 食塩 8.2g	エネルギー 1361kcal 蛋白質 46.7g 脂質 32.1g 炭水化物 214.9g 食塩 7.3g	エネルギー 1317kcal 蛋白質 51.1g 脂質 21.6g 炭水化物 222.1g 食塩 6.7g	エネルギー 1622kcal 蛋白質 60.5g 脂質 46.7g 炭水化物 230.4g 食塩 7.5g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 57.4g 脂質 41.5g 炭水化物 223.9g 食塩 8.6g	エネルギー 1525kcal 蛋白質 57.9g 脂質 40.4g 炭水化物 222.9g 食塩 7.8g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。



8月の献立



	08月26日(月)	08月27日(火)	08月28日(水)	08月29日(木)	08月30日(金)	08月31日(土)	
朝	黒糖食パン ミネストローネ ポテトサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(青梗菜・うずまき麩) とりつくね マカロニサラダ 牛乳	御飯 みそ汁(大根・大根葉) 厚揚げのおろし煮 小松菜のお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 豆腐のそぼろがけ いんげんのごま和え 野菜ジュース	御飯 みそ汁(玉葱・しめじ) だし巻き卵 青菜としらすの和え物 牛乳	御飯 みそ汁(青菜・油揚げ) 炒り豆腐 オクラのお浸し 牛乳	
昼	御飯 コンソメスープ(小松菜・人参) 鶏肉のカレー風味焼き なすとピーマンの炒め物 コンポート(洋梨)	麦ご飯 みそ汁(玉葱・絹さや) めぬけのしそ塩麴焼き 冬瓜のかにあんかけ とろろ芋	御飯 中華スープ(ワカメ・春雨) ハ宝菜 海鮮しゅうまい きゅうりと昆布の中華和え	キーマカレー ポタージュスープ マカロニサラダ デザート選択	御飯 コンソメスープ(若布・人参) ミートローフ 小松菜のソテー パインゼリー	御飯 みそ汁(うずまき麩・葱) あじの香味焼き ほうれん草の煮浸し カリフラワーの甘酢漬け	
夕	御飯 さわらの漬け焼き かぶの洋風煮 しろなとえのきの和え物 きょうろぶき	御飯 親子煮 野菜ソテー キャロットサラダ コンポート(白桃)	御飯 清汁(素麺・貝割れ) ホキのチーズ焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 なすのポン酢和え	御飯 チキンカツ じゃが芋のポトフ 大根サラダ コンポート(みかん)	御飯 めばるの煮付け れんこんきんぴら カブの青じそ和え 納豆	御飯 中華スープ(えのき・大根葉) 青椒肉絲 春巻き 白菜のナムル	
一日合計	エネルギー 1414kcal 蛋白質 49.6g 脂質 37g 炭水化物 212.4g 食塩 6.4g	エネルギー 1624kcal 蛋白質 64.5g 脂質 42.7g 炭水化物 236.2g 食塩 7.5g	エネルギー 1505kcal 蛋白質 58.2g 脂質 42.5g 炭水化物 211.9g 食塩 7.8g	エネルギー 1709kcal 蛋白質 55.4g 脂質 46.1g 炭水化物 259.9g 食塩 7.2g	エネルギー 1593kcal 蛋白質 67.7g 脂質 36.7g 炭水化物 239.4g 食塩 8.2g	エネルギー 1451kcal 蛋白質 61.8g 脂質 37.6g 炭水化物 208g 食塩 7.9g	エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g 食塩 g

※食材の納品によりメニューが変更となる場合がございます。ご了承ください。

※国内産のお米を使用しております。

※麺メニューの際、ソフト・ミキサー食の方は[]内のメニューとなります。