



8月の献立



	07月27日(月)	07月28日(火)	07月29日(水)	07月30日(木)	07月31日(金)	08月01日(土)	08月02日(日)
朝	黒糖食パン クラムチャウダー ポテトサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(大根・うずまき麩) 豆腐のそぼろかけ 長芋とろろ 牛乳	御飯 みそ汁(里芋・油揚げ) 和風スクランブル 香の物(青しその実漬け) 牛乳	御飯 みそ汁(玉葱・しめじ) 大根と鶏肉の煮物 畑菜の和え物 野菜ジュース	御飯 みそ汁(じゃが芋・若布) 肉詰めいなりの煮物 カリフラワーのドレッシング和え 牛乳	御飯 みそ汁(おつゆ麩・大根葉) 卵とじ 小松菜のお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(さつま芋・カワレ) がんもの煮物 青菜としらすの和え物 牛乳
昼	スパゲティミートソース コンソメスープ(チンゲンサ・コーン) カリフラワー炒め ごぼうサラダ	御飯 お吸い物(素麺・カワレ) さばの味噌煮 ちくわと小松菜の和え物 うずら豆	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	夏野菜キーマカレー 冷製ポタージュ キャベツとツナのサラダ ジョア	御飯 みそ汁(キャベツ・絹さや) たらの香り揚げ いんげんの炒め煮 卵豆腐	赤飯 清汁(とうふ・カワレ) めばるの葱醤油焼き 鶏肉と冬瓜の煮物 オクラのおかか和え	御飯 中華スープ(玉葱・わかめ) バンバンジー 肉焼売 中華サラダ
夕	御飯 みそ汁(玉葱・しめじ) めばるの七味焼き 肉じゃが ほうれん草のポン酢和え	御飯 豚肉の味噌炒め れんこんの塩麴炒め キャベツの磯和え コンポート(みかん)	御飯 みそ汁(ほうれん草・えのき) 赤魚の粕漬け 冬瓜のくず煮 納豆	御飯 ハンバーグトマトソースかけ チンゲン菜のソテー フレンチサラダ 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 畑菜とえのきの和え物 大根きんぴら 昆布佃煮	御飯 みそ汁(油揚げ・葱) あじの塩麴焼き ブロッコリーの炒め物 しろなのくるみ和え
一日合計	エネルギー 1480kcal 蛋白質 52.2g 脂質 37.7g 炭水化物 229.4g 食塩 7.5g	エネルギー 1578kcal 蛋白質 61.9g 脂質 39.4g 炭水化物 235.5g 食塩 6.3g	エネルギー 1645kcal 蛋白質 65.6g 脂質 38.9g 炭水化物 251.8g 食塩 6.6g	エネルギー 1565kcal 蛋白質 51.9g 脂質 34.2g 炭水化物 255.3g 食塩 7.8g	エネルギー 1573kcal 蛋白質 62.3g 脂質 41.7g 炭水化物 232.8g 食塩 7.8g	エネルギー 1512kcal 蛋白質 63.3g 脂質 40.7g 炭水化物 213.5g 食塩 8.2g	エネルギー 1501kcal 蛋白質 64.5g 脂質 39.7g 炭水化物 217.3g 食塩 7.9g

※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03日(月)	08月04日(火)	08月05日(水)	08月06日(木)	08月07日(金)	08月08日(土)	08月09日(日)
朝	食パン マカロニのトマト煮 インゲンのソテー リンゴジュース	御飯 みそ汁(玉葱・カワレ) がんもと冬瓜の煮物 千切り沢庵 牛乳	御飯 みそ汁(えのき・うずまき麩) じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し 牛乳	卵雑炊 炒り豆腐 青菜としらすの和え物 野菜ジュース	御飯 みそ汁(しろな・おつゆ麩) アスパラとカニカマ卵とじ ピーマンのマヨネーズ和え 牛乳	御飯 みそ汁(じゃが芋・葱) さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え 牛乳	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
昼	御飯 みそ汁(白玉麩・葱) 白身魚の揚げ浸し なすの味噌田楽 大根のゆかり和え	ポークカレー コンソメスープ(白菜・椎茸) ブロッコリーサラダ ジョア(ストロベリー)	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 お吸物(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	御飯 みそ汁(チンゲン菜・若布) 白身魚のレモン蒸し じゃがいもの洋風煮 花野菜サラダ	冷やしきつねそば 鶏肉と大根の煮物 キャベツの酢味噌和え いちごゼリー	御飯 みそ汁(玉葱・絹さや) たらのフライ れんこんのピリ辛炒め 春雨サラダ
夕	御飯 豚肉の梅みそ炒め 里芋の煮物 小松菜のごま和え フルーツ(オレンジ)	御飯 みそ汁(きぬさや・豆腐) あじの照りだれ焼き かぶの煮物 野菜の甘酢漬け	御飯 鶏肉のチーズ焼き ラタトゥイユ 二色和え コンポート(みかん)	御飯 みそ汁(里芋・カワレ) さばの香味焼き ちくわとごぼうの旨煮 オクラのおかか和え	御飯 麻婆豆腐 卵といんげんの炒め物 白菜のナムル フルーツ(バナナ)	御飯 みそ汁(小花麩・カワレ) ぶりのバター醤油焼き もやしのソテー コンポート(黄桃)	御飯 千草焼き ひじきの煮物 チンゲン菜のお浸し 納豆
一日合計	エネルギー 1541kcal 蛋白質 53.5g 脂質 40.8g 炭水化物 232.2g 食塩 6.9g	エネルギー 1582kcal 蛋白質 60.8g 脂質 38.5g 炭水化物 242.4g 食塩 8.6g	エネルギー 1565kcal 蛋白質 62g 脂質 42g 炭水化物 226.4g 食塩 5.8g	エネルギー 1487kcal 蛋白質 56.8g 脂質 41.3g 炭水化物 215.2g 食塩 8.7g	エネルギー 1550kcal 蛋白質 63.3g 脂質 40.5g 炭水化物 227g 食塩 6.4g	エネルギー 1544kcal 蛋白質 58.9g 脂質 36.9g 炭水化物 238.1g 食塩 7.9g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 59.2g 脂質 41.2g 炭水化物 238.5g 食塩 7.7g

※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10日(月)	08月11日(火)	08月12日(水)	08月13日(木)	08月14日(金)	08月15日(土)	08月16日(日)
朝	キャロット食パン コーンポタージュ カリフラワーサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(畑菜・うずまき麴) 豚肉と大根の炒り煮 香の物(桜大根) 牛乳	御飯 みそ汁(わかめ・葱) ウインナーと野菜のケチャップ炒め 白菜のお浸し 牛乳	御飯 みそ汁(大根・大根葉) ちくわの甘辛煮 小松菜の磯和え 野菜ジュース	卵雑炊 豆腐のそぼろかけ オクラのお浸し 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 牛乳	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
昼	◎山の日◎ 麦ご飯 赤だし味噌汁(なめこ・豆腐)/山賊焼き ピーマンと山菜の炒め物 長芋とろろ	三色丼 みそ汁(玉葱・大根葉) じゃが芋の含め煮 きゅうりの青じそ和え	御飯 みそ汁(卵・うずまき麴) 白身魚の香味蒸し 冬瓜のくず煮 うずら豆	御飯 お吸い物(素麺・カワレ) 豚肉の梅みそ炒め もやしと人参の炒め物 さつま芋のマヨ醤油和え	スパゲティミートソース コンソメスープ(畑菜・人参) カリフラワー炒め ごぼうサラダ	御飯 お吸物(若布・水菜) 白身魚の漬け焼き 鶏肉とじゃが芋の煮物 浅漬け(大根)	御飯 コンソメスープ(冬瓜・黄ピーマン) 鶏肉のトマトソースかけ ナスのソテー マカロニのさっぱりサラダ
夕	御飯 ぶりの生姜煮 ごぼうの甘辛炒め もやしの青じそ風味 コンポート(りんご)	御飯 みそ汁(さつま芋・おつゆ麴) 豆腐ハンバーグ(チキソース) ほうれん草のバターソテー 野菜サラダ	御飯 鶏肉の玉葱ソース 五目豆腐 なすとしらすの和え物 コンポート(みかん)	十五穀米 みそ汁(かぶ・きぬさや) 赤魚の照り焼き なすの揚げ浸し 浅漬け(きゅうり)	御飯 かれいの煮付け 大根きんぴら しろなのからし和え 納豆	御飯 豚肉と野菜の中華炒め 海鮮しゅうまい 中華和え コンポート(黄桃)	御飯 みそ汁(大根葉・えのき) さばの生姜煮 切干大根の炒め煮 キャベツの塩昆布和え
一日合計	エネルギー 1496kcal 蛋白質 51.7g 脂質 36.5g 炭水化物 230.3g 食塩 6.7g	エネルギー 1511kcal 蛋白質 61.1g 脂質 33.4g 炭水化物 234.4g 食塩 7.8g	エネルギー 1541kcal 蛋白質 61.3g 脂質 41.1g 炭水化物 225.5g 食塩 7.4g	エネルギー 1520kcal 蛋白質 50.3g 脂質 39.2g 炭水化物 234.1g 食塩 8.3g	エネルギー 1471kcal 蛋白質 64.5g 脂質 48.1g 炭水化物 191.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1565kcal 蛋白質 61g 脂質 45.6g 炭水化物 218.2g 食塩 6.5g	エネルギー 1555kcal 蛋白質 62.8g 脂質 40g 炭水化物 229.6g 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17日(月)	08月18日(火)	08月19日(水)	08月20日(木)	08月21日(金)	08月22日(土)	08月23日(日)
朝	食パン ミネストローネ もやしのドレッシング和え リンゴジュース	御飯 みそ汁(玉葱・若布) 和風スクランブル 香の物(しば漬け) 牛乳	御飯 みそ汁(豆腐・カワレ) じゃが芋とツナの炒め物 オクラのなめたけ和え 牛乳	御飯 みそ汁(しろな・おつゆ麴) 厚揚げの煮物 いんげんのごまマヨ和え 野菜ジュース	御飯 みそ汁(しめじ・大根葉) 豆腐の含め煮 ツナと畑菜のわさび和え 牛乳	御飯 みそ汁(さつま芋・葱) 野菜炒め なすの和風和え 牛乳	御飯 みそ汁(しめじ・若布) 肉詰めいなりの煮物 青菜ときざみ揚げの和え物 牛乳
昼	御飯 みそ汁(しろな・カワレ) あじの南蛮漬け 大豆とひじきの煮物 香の物(赤しその実漬け)	御飯 みそ汁(卵・葱) 豚肉の玉葱ソース炒め かまぼことキャベツの炒め物 二色和え	🌍世界の料理*ハワイ🌍 ロコモコ丼 ポーク・ビーフ・ソース・スープ ロミロミ風サラダ パインヨーグルト	チキンカレー 冷製ポタージュ コールスローサラダ ジョア(ストロベリー)	◎納涼祭◎ お弁当 御飯/お吸物(素麺・手毬麴) 蒲焼き風 鶏肉となすの煮浸し しば漬け/フルーツ(オレンジ)	御飯 みそ汁(豆腐・絹さや) 赤魚の煮付け きんぴらごぼう うぐいす豆	御飯 みそ汁(おつゆ麴・キャベツ) 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 春雨サラダ
夕	御飯 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 フルーツ(バナナ)	御飯 みそ汁(おつゆ麴・水菜) めばるの山椒焼き 鶏肉とごぼうの旨煮 白菜の磯風味	御飯 中華風卵焼き かぼちゃの煮物 チンゲン菜のナムル フルーツ(キウイ)	御飯 清汁(とろろ・みつば) 白身魚のみりん焼き 冬瓜の生姜煮 納豆	◎納涼祭◎ 焼きそば[野菜炒め] こんにゃく田楽 コーンのバターしょうゆ風味 青りんごゼリー	御飯 ポークソテー(バター醤油ソース) 大根の煮物 畑菜のおかか和え コンポート(マンゴー)	御飯 擬製豆腐 あさりとブロッコリーの炒め物 白菜の中華サラダ コンポート(黄桃)
一日合計	エネルギー 1471kcal 蛋白質 52.7g 脂質 32.2g 炭水化物 237g 食塩 7g	エネルギー 1559kcal 蛋白質 64.1g 脂質 43.5g 炭水化物 220.2g 食塩 6.4g	エネルギー 1571kcal 蛋白質 56.3g 脂質 37.7g 炭水化物 244.2g 食塩 6.4g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 59.2g 脂質 35.6g 炭水化物 250.1g 食塩 9g	エネルギー 1572kcal 蛋白質 56.6g 脂質 31.7g 炭水化物 259.6g 食塩 9.4g	エネルギー 1532kcal 蛋白質 57.6g 脂質 35.6g 炭水化物 237.1g 食塩 6.1g	エネルギー 1571kcal 蛋白質 60.9g 脂質 44.8g 炭水化物 224g 食塩 7.4g

※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24日(月)	08月25日(火)	08月26日(水)	08月27日(木)	08月28日(金)	08月29日(土)	08月30日(日)
朝	黒糖食パン クラムチャウダー ポテトサラダ リンゴジュース	御飯 みそ汁(冬瓜・豆苗) 厚焼き卵 白菜のおかか和え 牛乳	御飯 みそ汁(さつま芋・白玉麴) だし巻き卵 青菜としらすの和え物 牛乳	御飯 みそ汁(白菜・カイワレ) とりつくね 千切り沢庵 野菜ジュース	御飯 みそ汁(小松菜・えのき) 厚揚げとかぶの煮物 長芋とろろ 牛乳	御飯 みそ汁(もやし・おつゆ麴) 和風包み焼き いんげんのごまマヨ和え 牛乳	卵雑炊 大根とさつま揚げの炒め煮 香の物(胡瓜漬け) 牛乳
昼	冷やし中華 冬瓜の中華煮 チンゲン菜のナムル オレンジゼリー	御飯 みそ汁(玉葱・しめじ) あじの漬け焼き れんこんきんぴら 小松菜とえのきの和え物	御飯 コンソメスープ(若布・人参) タンドリーチキン なすとピーマンの炒め物 ピクルス	御飯 みそ汁(玉葱・絹さや) たらのしそ塩麴焼き 炒り豆腐 キャベツのくるみ和え	御飯 中華スープ(チンゲン菜・椎茸) 中華風卵焼き 焼ビーフン ごぼうの中華和え	御飯 みそ汁(かぶ・葱) あじの香味焼き ほうれん草の煮浸し 選択食	御飯 コンソメスープ(若布・玉ねぎ) ミートローフ 白菜サラダ 人参と青菜のソテー
夕	御飯 みそ汁(ほうれん草・えのき) さばの塩レモン焼き ちくわと里芋の煮物 キャベツの香味和え	御飯 ポークチャップ かぶの洋風煮 野菜サラダ フルーツ(オレンジ)	御飯 お吸物(とろろ・葱) かれの揚げ浸し じゃが芋の煮物 ほうれん草のお浸し	御飯 回鍋肉 ちくわと冬瓜の中華煮 白菜のナムル コンポート(黄桃)	御飯 みそ汁(油揚げ・豆腐) 白身魚の梅肉焼き 切干大根の炒め煮 なすのポン酢和え	御飯 チキンカツ じゃが芋のポトフ トマトサラダ コンポート(みかん)	麦ご飯 めばるの煮付け れんこんきんぴら キャベツの和え物 納豆
一日合計	エネルギー 1443kcal 蛋白質 49.4g 脂質 34.1g 炭水化物 228.9g 食塩 7.6g	エネルギー 1573kcal 蛋白質 61.3g 脂質 44g 炭水化物 225.8g 食塩 7.1g	エネルギー 1566kcal 蛋白質 59.8g 脂質 42.3g 炭水化物 231.7g 食塩 7.1g	エネルギー 1529kcal 蛋白質 55.1g 脂質 38.5g 炭水化物 233g 食塩 7.5g	エネルギー 1598kcal 蛋白質 57.9g 脂質 42.6g 炭水化物 239.3g 食塩 8.6g	エネルギー 1814kcal 蛋白質 64.1g 脂質 49.9g 炭水化物 270.6g 食塩 6.1g	エネルギー 1466kcal 蛋白質 61.7g 脂質 40.9g 炭水化物 207.1g 食塩 6.9g

※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31日(月)													
朝	食パン マカロニのトマト煮 ブロッコリーのソテー リンゴジュース													
昼	◎野菜の日◎													
	夏野菜キーマカレー													
	コンソメスープ(赤ピーマン・白菜)													
	キャベツサラダ													
	野菜ジュース													
夕	御飯 親子煮 里芋の含め煮 二色和え きょうふき													
一日合計	エネルギー	1509kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal
	蛋白質	54.6g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
	脂質	33.1g	脂質	g	脂質	g	脂質	g	脂質	g	脂質	g	脂質	g
	炭水化物	240.1g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g	炭水化物	g
	食塩	6.8g	食塩	g	食塩	g	食塩	g	食塩	g	食塩	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。