

2025年8月度 献立表

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
平均	1457	53.2	42.2	7.5

		月				火				水				木				金				土				日			
																		1日				2日				3日			
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩				
		1403	56.1	37.8	7	1403	56.1	37.8	7	1403	56.1	37.8	7	1403	56.1	37.8	7	1403	56.1	37.8	7	1403	56.1	37.8	7				
朝食	基本食																	食パン(いちごジャム) ナゲット フルーツ缶(おまかせ) アップルジュース				ごはん 厚揚げの生姜煮 昆布佃煮 味噌汁(玉葱・ちくわ) 牛乳				ごはん キャベツとベーコンのソテー 漬物 味噌汁(あげ・ねぎ) 牛乳			
昼食	基本食																	ごはん 豚しゃぶ 和風きのこスパゲティ コンソメスープ(玉ねぎ、人参)				【丼】タコライス ハムポテトサラダフライ(添え材) 胡瓜とわかめのサラダ 春雨スープ				ごはん 鯖の焼き漬 茄子の煮物 味噌汁(もやし・オクラ)			
夕食	基本食																	ごはん 鮭のけんちんあんかけ 法蓮草お浸し 味噌汁(もやし・青ネギ)				ごはん 牛肉のごま野菜炒め 冬瓜とツナの煮物 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) フルーツヨーグルト(リンゴ)				ごはん 和風チキンステーキ 大根のうま煮 すまし汁(白菜、人参) フルーツ缶(パイン)			
		4日				5日				6日				7日				8日				9日				10日			
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩				
		1438	57.6	41.6	7.3	1417	36.7	35.3	6.6	1369	51.7	43.3	7.3	1514	62.7	47.3	7.4	1366	43.9	39.4	7.5	1432	53.3	43	7.4	1453	58.8	37.3	7.3
朝食	基本食	ごはん 豆腐の炒り煮 ふりかけ 味噌汁(あげ・ねぎ) 牛乳				レーズンロール(2個) ネギ入りオムレツ フルーツ杏仁(洋梨) アップルジュース				ごはん ポロニア 昆布佃煮 味噌汁(じゃが芋・人参) 牛乳				ごはん 高野豆腐の煮物 漬物 味噌汁(おつゆ麩・オクラ) 牛乳				食パン(マーマレード) フィッシュソーセージ フルーツ缶(パイン) アップルジュース				ごはん グルメスティック/グリーンピース梅干 漬物 味噌汁(巻麩・わかめ) 牛乳				ごはん 麩の玉子とじ 昆布佃煮 味噌汁(大根・オクラ) 牛乳			
昼食	基本食	ごはん 豚キムチ炒め 青梗菜のごまあえ すまし汁(わかめ・巻き麩)				夏野菜カレー ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー				そうめん 鶏天 冬瓜の煮物				ごはん 和風あんかけ玉子蒸し 和風野菜炒め すまし汁(白菜、人参)				ごはん お好み焼き たこ焼き(タコの形) たたききゅうり チョコバナナ レモネード				ごはん 赤魚の利休焼き 卵の花 味噌汁(玉葱・ちくわ)				ごはん 鶏肉のマーマレード煮 金平ごぼう 味噌汁(もやし・青ネギ)			
夕食	基本食	ごはん メパルの揚げ煮 蓮根の梅和え 味噌汁(白菜・玉ねぎ) フルーツヨーグルト(み・パ)				ごはん 鰯の南蛮漬 もやしの炒め物 すまし汁(小松菜、花麩) すまし汁(小松菜、花麩)				ごはん 豚肉と大根の煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁(もやし・あげ) フルーツ缶(黄桃)				ごはん 鶏の塩麹焼き かぼちゃサラダ 味噌汁(わかめ・玉葱) あんずヨーグルト				ごはん 牛肉のオニオンソースがけ 法蓮草の磯香和え 味噌汁(キャベツ・ちくわ)				ごはん 豚とじゃがいもの辛み炒め 茄子のソテー 味噌汁(青梗菜・さつま揚げ) フルーツ杏仁(りんご)				ごはん ホキのカレームニエル キャベツツナサラダ コンソメスープ(玉ねぎ、人参) キウイフルーツ			
		11日				12日				13日				14日				15日				16日				17日			
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩				
		1562	48	44.2	7.8	1449	48.4	45.1	8.4	1454	49.5	43	7.5	1511	61.9	47.4	7.1	1351	43.5	31.4	7.3	1586	60.7	52.7	6.7	1487	58	44.7	7.8
朝食	基本食	ごはん 豆腐ハンバーグ ふりかけ 味噌汁(花麩・玉葱) 牛乳				バターロール(2個) スープマカロニ フルーツ杏仁(みかん) アップルジュース				ごはん チヂミ 漬物 味噌汁(白菜・あげ) 牛乳				ごはん 五目炒り豆腐 昆布佃煮 味噌汁(もやし・人参) 牛乳				食パン(あんずジャム) ポトフ-R7.9消す フルーツ缶(りんご) アップルジュース				ごはん ツナと野菜の煮物 昆布佃煮 味噌汁(もやし・オクラ) 牛乳				ごはん 五目大豆煮 漬物 味噌汁(わかめ・玉葱) 牛乳			
昼食	基本食	【丼】かき揚げ丼 白菜の酢の物 味噌汁(わかめ・あげ)				ごはん 鶏の七味焼き もやしのもみじ和え すまし汁(巻麩、玉ねぎ)				炊込炒飯 ささみチーズフライ 餃子スープ				花火ちらし 肉じゃが 赤だし(巻き麩、わかめ)				ごはん トマト煮込みハンバーグ 青梗菜のオイスター炒め カリフラワーの胡麻サラダ コンソメスープ(大根・人参)				ごはん 鶏の唐揚げ じゃが芋明太子和え 味噌汁(巻き麩・青ネギ)				ごはん カレイの中華甘酢あん いんげんとベーコンのマヨ炒め 味噌汁(おつゆ麩・オクラ)			
夕食	基本食	ごはん 豚肉のウスターソース炒め 大根の炒り煮 味噌汁(キャベツ・青ネギ) フルーツ缶(桃)				ごはん 鰯の天婦羅カレーソースがけ 青梗菜の和え物 味噌汁(大根・さつま揚げ)				ごはん 牛肉ときのこのオイスター炒め ポテトサラダ すまし汁(おつゆ麩・とろろ) マーマレードヨーグルト				ごはん 鶏の塩だれ焼き 法蓮草の和え物 味噌汁(玉葱・さつま揚げ) フルーツ缶(パイン)				ごはん 鰯のレモン醤油焼き オクラのわさび和え 味噌汁(白菜・わかめ)				ごはん ほっけの煮付け 茄子おかか煮 味噌汁(法蓮草・ちくわ) フルーツヨーグルト(洋梨)				ごはん 豚の梅しそ焼き 小松菜のソテー 赤だし(豆腐、人参) フルーツ杏仁(パイン)			
		18日				19日				20日				21日				22日				23日				24日			
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩				
		1461	55.2	45.9	6.9	1432	50.6	42.6	6.4	1353	46.7	30.8	8.8	1457	54.2	30.3	7.5	1520	54.3	48.7	7	1489	50.3	43.5	7.6	1516	59.6	49	8
朝食	基本食	ごはん 厚切りハムソテー ふりかけ 味噌汁(大根・あげ) 牛乳				レーズンロール(2個) ウインナー フルーツ缶(パイン) アップルジュース				ごはん 春肉の中華スープ煮 漬物 味噌汁(玉葱・人参) 牛乳				ごはん 目玉オムレツ 漬物 味噌汁(わかめ・さつま揚げ) 牛乳				食パン(いちごジャム) フィッシュソーセージのオムライス炒め フルーツ缶(桃) アップルジュース				ごはん 厚揚げのみそ炒め 漬物 味噌汁(とろろ・人参) 牛乳				ごはん キャベツと卵のソテー ふりかけ 味噌汁(もやし・あげ) 牛乳			
昼食	基本食	ごはん 肉豆腐 青梗菜とコーンのソテー 味噌汁(玉葱・ちくわ)				ごはん チーズオムレツ 胡瓜とかかのサラダ コンソメスープ(カリフラワー・人参)				ごはん 煮込みハンバーグ 法蓮草のジェノベーゼ カリフラワーのマリネ じゃが芋のスープ(冷)				ごはん 豚のマスタード焼き 茄子の甘酢炒め もやしのゴマ和え 味噌汁(青梗菜・人参)				ごはん お好みたまご焼き 里芋のうま煮 味噌汁(花麩・青ネギ)				ごはん 昔ながらのコロッケ・カクリームコロッケ 小松菜の炒め煮 味噌汁(玉葱・青ネギ)				ごはん 豚肉のごま炒め ひじきとえだまめのサラダ すまし汁(花麩、オクラ)			
夕食	基本食	ごはん 鯖の塩焼き 野菜の和え物 味噌汁(キャベツ・さつま揚げ) フルーツ缶(黄桃)				ごはん 豚肉の甘辛焼き ブロッコリーの磯香和え 味噌汁(小松菜・あげ)				ごはん ほきの七味焼き オクラの和え物 すまし汁(とろろ・青葱) オレンジ				ごはん 鮭の味噌バター焼き ごぼうの旨煮 すまし汁(豆腐、花麩) フルーツ杏仁(りんご)				ごはん 鶏の焼き漬 白菜とじゃこのお浸し 味噌汁(大根・オクラ)				ごはん 牛肉のしぐれ煮 いんげんの田舎炒め 味噌汁(おつゆ麩・さつま揚げ) ブルーベリーヨーグルト				ごはん たらの照り焼き 揚げ出し豆腐 味噌汁(わかめ・玉葱) フルーツ杏仁(洋梨)			
		25日				26日				27日				28日				29日				30日				31日			
		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩				
		1367	55.4	34	8.5	1382	54.5	46.3	8.3	1467	58	40.2	8.3	1573	57	44.1	7.2	1401	37.4	36.8	5.9	1561	57.2	51.4	7.3	1429	58	37	9.5
朝食	基本食	ごはん やわらかしんじょ煮 漬物 味噌汁(巻麩・わかめ) 牛乳				バターロール(2個) 大豆のスープ煮 フルーツヨーグルト(桃) アップルジュース				ごはん もやしとウインナーのソテー 漬物 味噌汁(豆腐・青ネギ) 牛乳				ごはん ミートボール ふりかけ 味噌汁(おつゆ麩・人参) 牛乳				食パン(マーマレード) ジャーマンポテト フルーツ缶(みかん) アップルジュース				ごはん 炒り豆腐 昆布佃煮 味噌汁(キャベツ・さつま揚げ) 牛乳				ごはん 手作りだし巻き卵 漬物 味噌汁(花麩・玉葱) 牛乳			
昼食	基本食	ごはん ホキの漬け焼き オクラとコーンのおかか和え 味噌汁(玉葱・人参)				ソース焼きそば メンチカツ ブロッコリーのマヨ和え 味噌汁(大根・さつま揚げ)				【丼】親子丼 ひじきのきんぴら 味噌汁(青梗菜・玉ねぎ)				ごはん 鰯の胡麻竜田焼き 切干大根の煮物 味噌汁(もやし・オクラ)				ごはん 豚の西京焼き 白菜の昆布和え すまし汁(わかめ、人参)				ごはん 赤魚の揚げ煮 じゃが芋の鳴門煮 胡瓜の酢の物 味噌汁(青梗菜・人参)				鮭ときのこのピラフ 野菜コロッケ 中華スープ(もやし・しいたけ)			
夕食	基本食	ごはん 鶏の照り焼き 茄子のみそ煮 すまし汁(とろろ・青葱) フルーツ缶(パイン)				ごはん カレイの磯辺揚げ 法蓮草ソテー 味噌汁(キャベツ・人参)				ごはん 鯖のムニエル 小松菜の磯香和え 味噌汁(えのき・わかめ) バナナ				ごはん ビーフシチュー マカロニサラダ フルーツ缶(黄・パ)				ごはん 白身魚フライ もやしの和え物 味噌汁(とろろ・青ネギ)				ごはん 豚肉の和風ソテー いんげんツナマヨサラダ 赤だし(おつゆ麩、青ねぎ) フルーツ杏仁(パイン)				ごはん 牛スタミナ炒め 豆腐のくず煮 味噌汁(わかめ・あげ) いちごヨーグルト			