

2025年



8月



献立表



|     | 日 SUN                                                                               | 月 MON                                                      | 火 TUE                                                                               | 水 WED                                        | 木 THU                                            | 金 FRI                                            | 土 SAT                                                                                 |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | 1                                                | 2                                                                                     |
| 朝   |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | 黒糖ロール<br>いちごジャム&マーガリン<br>具だくさんスープ（鶏）<br>果物<br>牛乳 | 丸ロール<br>ママーレード&マーガリン<br>ポトフ<br>ふわふわオムレツ<br>牛乳                                         |
| 昼   |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | ごはん<br>ちゃんちゃん焼き<br>肉さんびら<br>小松菜さなこ和え             | 焼きそば<br>白菜のレモン和え<br>アロエヨーグルト                                                          |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | ビビンバ丼<br>二色さんびら<br>ごま和え                          |                                                                                       |
| 夕   |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | ごはん<br>鶏のから揚げ<br>ビーンズサラダ<br>コンソメスープ              | ごはん<br>あじの照り焼<br>しぐれ煮<br>もやし甘酢和え                                                      |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  | ごはん<br>タラの香華パン粉焼<br>ビーンズサラダ<br>ホワイトポタージュ         |                                                                                       |
|     | 3                                                                                   | 4                                                          | 5                                                                                   | 6                                            | 7                                                | 8                                                | 9                                                                                     |
| 朝   | ロールパン<br>はちみつ&マーガリン<br>ツナポテト<br>ほうれん草ソテー<br>牛乳                                      | イエローロール<br>ブルーベリー&マーガリン<br>具だくさんスープ（ベーコン）<br>フルーツゼリー<br>牛乳 | 黒糖ロール<br>りんごジャム&マーガリン<br>ミニサラダ（蒸し鶏）<br>コンソメスープ<br>牛乳                                | ロールパン<br>イチゴジャム<br>具だくさんスープ（トマト）<br>果物<br>牛乳 | イエローロール<br>マーガリン<br>スクランブルエッグ<br>スープ煮（カレー）<br>牛乳 | 黒糖ロール<br>いちごジャム&マーガリン<br>具だくさんスープ（鶏）<br>果物<br>牛乳 | 丸ロール<br>ママーレード&マーガリン<br>ポトフ<br>ふわふわオムレツ<br>牛乳                                         |
| 昼   | ごはん<br>回鍋肉<br>中華豆腐<br>果物                                                            | ごはん<br>ハッシュドビーフ<br>マカロニサラダ<br>果物                           | ごはん<br>四川麻婆豆腐<br>キャベツとえびのサラダ<br>果物                                                  | ごはん<br>さわらの竜竜焼<br>豚じゃが<br>なます                | ごはん<br>豚肉西京焼き<br>彩り野菜のジャーマンポテト<br>和えもの           | ごはん<br>白身魚の香り焼き<br>けんちん煮<br>しらす和え                | ごはん<br>中華風煮<br>シウマイ<br>ふりかけ<br>果物                                                     |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     | ごはん<br>鶏から揚げのマリネ<br>コンソメスープ<br>大根サラダ         | ごはん<br>タラのホイル焼?パッパ風<br>彩り野菜のジャーマンポテト<br>和えもの     | ごはん<br>さわらの梅煮<br>けんちん煮<br>しらす和え                  |                                                                                       |
| 夕   | ごはん<br>さばの塩焼<br>鶏のそぼろ煮<br>ほうれん草白和え                                                  | ごはん<br>チンドリーチキン<br>豆腐洋風さのこあん<br>なすのマリネ                     | ごはん<br>あじの生妻焼き<br>重いの香り炒め<br>菜の花のごま和え                                               | ごはん<br>チキン南蛮<br>厚揚げみそ炒め煮<br>白菜の中華和え          | ばら寿司<br>すまし汁<br>果物                               | ごはん<br>ミートローフ<br>ポテトサラダ<br>ペイザンスープ               | ごはん<br>さけのマヨネーズ焼き<br>冬瓜と鶏肉の煮物<br>れんこんとひじきの白和え                                         |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     | ごはん<br>焼き揚げひたし<br>海老チリソース<br>白菜の中華和え         | 牛丼<br>土佐和え<br>とうふ汁<br>果物                         | ごはん<br>油淋鶏<br>ポテトサラダ<br>ペイザンスープ                  |                                                                                       |
|     | 10 山の日                                                                              | 11 振替休日                                                    | 12                                                                                  | 13                                           | 14                                               | 15                                               | 16                                                                                    |
| 朝   | ロールパン<br>はちみつ&マーガリン<br>ツナポテト<br>ほうれん草ソテー<br>牛乳                                      | イエローロール<br>ブルーベリー&マーガリン<br>具だくさんスープ（ベーコン）<br>果物<br>牛乳      | 黒糖ロール<br>りんごジャム&マーガリン<br>ミニサラダ（蒸し鶏）<br>コンソメスープ<br>牛乳                                | ロールパン<br>イチゴジャム<br>具だくさんスープ（トマト）<br>果物<br>牛乳 | イエローロール<br>マーガリン<br>スクランブルエッグ<br>スープ煮（カレー）<br>牛乳 | 黒糖ロール<br>いちごジャム&マーガリン<br>具だくさんスープ（鶏）<br>果物<br>牛乳 | 丸ロール<br>ママーレード&マーガリン<br>ポトフ<br>ふわふわオムレツ<br>牛乳                                         |
| 昼   | ごはん<br>鶏の香味焼<br>炊き合わせ<br>煮し<br>果物                                                   | ごはん<br>ポークカレー<br>青じそ豆サラダ<br>つけもの                           | ごはん<br>ポークソテー<br>えび入炒り卵<br>オクラのマリネ<br>果物                                            | ごはん<br>さわらの山椒焼き<br>厚揚げと貝柱の旨煮<br>胡瓜のおか和え      | ごはん<br>白身魚から揚げ<br>中華風炒り豆腐<br>もやしナムル<br>果物        | ごはん<br>ブルコギ<br>ひじき豆<br>辛子和え                      | 旨辛冷やし肉うどん<br>つけだれ<br>冬瓜とえびの旨煮                                                         |
| 選択食 |  |                                                            |                                                                                     |                                              | ごはん<br>タラのから揚げ甘酢あんかけ<br>もやしナムル<br>卵スープ<br>果物     | ごはん<br>ミートポットマト煮込み<br>じゃがいもバター醤油炒め<br>和えもの       |  |
| 夕   | ごはん<br>豆腐ハンバーグ<br>ごぼうの柳川風<br>土佐和え                                                   | ごはん<br>白身魚あんかけ<br>肉豆腐<br>ごま和え                              | ごはん<br>あい塩焼<br>肉じゃが<br>和えもの                                                         | ごはん<br>ハンバーグ<br>野菜とえびのポトフ<br>大根サラダ           | 味付ご飯<br>だし巻き卵<br>里いもの柚子香煮<br>菜の花の梅肉和え            | ごはん<br>天ぷら<br>酢のもの<br>すまし汁                       | ごはん<br>白身魚のカレーパン粉焼<br>卵チヤンブルー<br>ツナごぼうサラダ<br>果物                                       |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              | 味付ご飯<br>すき焼き風煮<br>菜の花の梅肉和え                       | ごはん<br>さばのぶみそ焼き<br>炊き合わせ<br>酢のもの                 |                                                                                       |
|     | 17                                                                                  | 18                                                         | 19                                                                                  | 20                                           | 21                                               | 22                                               | 23                                                                                    |
| 朝   | ロールパン<br>はちみつ&マーガリン<br>ツナポテト<br>ほうれん草ソテー<br>牛乳                                      | イエローロール<br>ブルーベリー&マーガリン<br>具だくさんスープ（ベーコン）<br>果物<br>牛乳      | 黒糖ロール<br>りんごジャム&マーガリン<br>ミニサラダ（蒸し鶏）<br>コンソメスープ<br>牛乳                                | ロールパン<br>イチゴジャム<br>具だくさんスープ（トマト）<br>果物<br>牛乳 | イエローロール<br>マーガリン<br>スクランブルエッグ<br>スープ煮（カレー）<br>牛乳 | 黒糖ロール<br>いちごジャム&マーガリン<br>具だくさんスープ（鶏）<br>果物<br>牛乳 | 丸ロール<br>ママーレード&マーガリン<br>ポトフ<br>ふわふわオムレツ<br>牛乳                                         |
| 昼   | ごはん<br>蒸し鶏五ねぎソース<br>和えもの<br>かき卵汁                                                    | ごはん<br>豚肉の生妻焼き<br>さつま芋の豆煮<br>ごま和え                          | ごはん<br>さわらの甘酢あん<br>オクラと豆腐あんかけ<br>煮し<br>果物                                           | 親子丼<br>冷やっこ<br>のつべい汁                         | ごはん<br>赤魚の煮付け<br>五目豆<br>ごま酢和え                    | ごはん<br>ちゃんちゃん焼き<br>肉さんびら<br>小松菜さなこ和え             | 焼きそば<br>白菜のレモン和え<br>アロエヨーグルト                                                          |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |  | ごはん<br>冷やっこ<br>小ごはん                          | ごはん<br>さわらの山椒みそ焼き<br>五目豆<br>ごま酢和え                | ビビンバ丼<br>二色さんびら<br>ごま和え                          |                                                                                       |
| 夕   | ごはん<br>白身魚のチリソース<br>なすのそぼろ煮<br>サワー煮<br>夏祭りゼリー                                       | ごはん<br>さば塩焼<br>鶏肉と大根の煮物<br>山吹和え                            | ごはん<br>豚肉と野菜のみそマヨネーズかけ<br>キッシュ<br>ふりかけ                                              | ごはん<br>白身魚フライ<br>ポトフ<br>辛子和え                 | カレーピラフ<br>南瓜のそぼろ煮<br>サラダ<br>果物                   | ごはん<br>鶏のから揚げ<br>ビーンズサラダ<br>コンソメスープ              | ごはん<br>あじの照り焼<br>しぐれ煮<br>もやし甘酢和え                                                      |
| 選択食 |  |                                                            |                                                                                     | ごはん<br>さけのムニエルさのこソース<br>ポトフ<br>辛子和え          | 辛みそつけ麺<br>南瓜の煮つけ<br>酢のもの<br>果物                   | ごはん<br>タラの香華パン粉焼<br>ビーンズサラダ<br>ホワイトポタージュ         |                                                                                       |
|     | 24                                                                                  | 25                                                         | 26                                                                                  | 27                                           | 28                                               | 29                                               | 30                                                                                    |
| 朝   | ロールパン<br>はちみつ&マーガリン<br>ツナポテト<br>ほうれん草ソテー<br>牛乳                                      | イエローロール<br>ブルーベリー&マーガリン<br>具だくさんスープ（ベーコン）<br>果物<br>牛乳      | 黒糖ロール<br>りんごジャム&マーガリン<br>ミニサラダ（蒸し鶏）<br>コンソメスープ<br>牛乳                                | ロールパン<br>イチゴジャム<br>具だくさんスープ（トマト）<br>果物<br>牛乳 | イエローロール<br>マーガリン<br>スクランブルエッグ<br>スープ煮（カレー）<br>牛乳 | 黒糖ロール<br>いちごジャム&マーガリン<br>具だくさんスープ（鶏）<br>果物<br>牛乳 | 丸ロール<br>ママーレード&マーガリン<br>ポトフ<br>ふわふわオムレツ<br>牛乳                                         |
| 昼   | ごはん<br>回鍋肉<br>中華豆腐<br>果物                                                            | ごはん<br>ハッシュドビーフ<br>マカロニサラダ<br>果物                           | ごはん<br>四川麻婆豆腐<br>キャベツとえびのサラダ<br>果物                                                  | ごはん<br>さわらの竜竜焼<br>豚じゃが<br>なます                | ごはん<br>豚肉西京焼き<br>彩り野菜のジャーマンポテト<br>和えもの           | ごはん<br>白身魚の香り焼き<br>けんちん煮<br>しらす和え                | ごはん<br>中華風煮<br>シウマイ<br>ふりかけ<br>果物                                                     |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     | ごはん<br>鶏から揚げのマリネ<br>コンソメスープ<br>大根サラダ         | ごはん<br>タラのホイル焼?パッパ風<br>彩り野菜のジャーマンポテト<br>和えもの     | ごはん<br>さわらの梅煮<br>けんちん煮<br>しらす和え                  |                                                                                       |
| 夕   | ごはん<br>さばの塩焼<br>鶏のそぼろ煮<br>ほうれん草白和え                                                  | ごはん<br>チンドリーチキン<br>豆腐洋風さのこあん<br>なすのマリネ                     | ごはん<br>あじの生妻焼き<br>重いの香り炒め<br>菜の花のごま和え                                               | ごはん<br>チキン南蛮<br>厚揚げみそ炒め煮<br>白菜の中華和え          | ばら寿司<br>すまし汁<br>果物                               | ごはん<br>ミートローフ<br>ポテトサラダ<br>ペイザンスープ               | ごはん<br>さけのマヨネーズ焼き<br>冬瓜と鶏肉の煮物<br>れんこんとひじきの白和え                                         |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     | ごはん<br>焼き揚げひたし<br>海老チリソース<br>白菜の中華和え         | 牛丼<br>土佐和え<br>とうふ汁<br>果物                         | ごはん<br>油淋鶏<br>ポテトサラダ<br>ペイザンスープ                  |                                                                                       |
|     | 31                                                                                  |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |
| 朝   | ロールパン<br>はちみつ&マーガリン<br>ツナポテト<br>ほうれん草ソテー<br>牛乳                                      |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |
| 昼   | ごはん<br>鶏の香味焼<br>炊き合わせ<br>煮し<br>果物                                                   |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |
| 夕   | ごはん<br>豆腐ハンバーグ<br>ごぼうの柳川風<br>土佐和え                                                   |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |
| 選択食 |                                                                                     |                                                            |                                                                                     |                                              |                                                  |                                                  |                                                                                       |

- ・常食Aの予定献立です。実施献立は都合により、予告なく変更になる場合がございます。
- ・昼・夕でメニューが2種類載っている日は、選択メニュー実施日です。
- ・栄養部のページはこちらです。