8　月　の　予　定　献　立　表

※食材の調達状況等により献立を変更させていただく場合があります。
※（　）は麺禁、ソフト、ミキサー食のメニューとなります。

【行事食】
8月　3日　夏まつり
8月１５日　イタリアンランチ
8月２２日　暑気払い

【平均栄養価】
エネルギー　1,452Kcal
たんぱく質　54.3g
脂質　42.6g
炭水化物　223.6g
食塩相当量　6.5g

	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝	えび団子の煮物 ブロッコリーのサラダ 牛乳 ふりかけ（のりたま） 味噌汁（菜の花・えのき） 米飯(150g)	ハムと玉ねぎの炒め物 もやしの塩昆布和え 牛乳 ふりかけ（かつお） 味噌（葱・白玉麩） 米飯(150g)	ｺﾝﾋﾞｰﾌとｷｬﾍﾞﾂのｿﾃｰ フルーツ（カクテル缶） 牛乳 人参ポタージュ ロールパン
昼	鶏肉の照り焼き インゲンの味噌炒め 人参サラダ 清汁(カイワレ・板麩) 米飯(150g)	からすかれいの田楽焼き 里芋の煮っころがし トマトの和え物 味噌汁（冬瓜･万葱） 米飯(150g)	焼きそば (肉野菜炒め) じゃがバタ風 きゅうりの浅漬け たまごスープ ※麺禁はご飯付き
間	ミルククリームせんべい	今川焼	エクレア
夕	鰆の漬焼き 小松菜と卵の炒りつけ りんごのコンポート 米飯(150g)	豆腐ハンバーグ 白菜とベーコンの中華煮 フルーツ（みかん缶） たまごご飯(150g)	赤魚の野菜あんかけ いんげんと春雨のｺﾝｿﾒ煮 味噌汁(えのき・わかめ) 米飯(150g)

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝	ｳｲﾝﾅｰのトマト煮 かぶサラダ 牛乳 のり佃煮 味噌汁（ねぎ・菜の花） 米飯(150g)	白菜とエビのｿﾃｰ もやしの高菜和え 牛乳 ふりかけ（さけ） 味噌汁（庄内麩･ｷﾇｻﾔ） 米飯(150g)	車麩と野菜のそぼろ煮 キャベつとツナの中華和え 牛乳 ふりかけ（梅しそ） 味噌汁（青梗菜・玉ねぎ） 米飯(150g)	目玉焼き 小松菜とベーコンのソテー 牛乳 うに風味ソース 味噌汁（ほうれん草・白玉麩） 米飯(150g)	イワシの生姜煮 ほうれん草の胡麻和え 牛乳 味噌汁（しいたけ・大根葉 米飯(150g)	小町麩チャンプル ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和風和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁（えのき・いんげん） 米飯(150g)	オムレツ フルーツ(洋梨缶) 牛乳 ｺﾝｿﾒスープ（人参・玉葱） クリームパン
昼	鯖の蒲焼き 五目煮豆 大根のキムチ風 味噌汁（卵・春菊） 米飯(150g)	シーフードカレー 福神漬 マカロニサラダ コンソメスープ(コーン･小松菜)	赤魚の香味ソースかけ 切り昆布の煮物 金時豆 味噌汁(蒲鉾･万葱) 米飯(150g)	ポトフ コールスローサラダ ぶどうゼリー ピザトースト	鯖の南蛮漬け さつま芋の甘煮 ちくわのおかかマヨ和え 清汁（花麩・みつば） 米飯(150g)	チンジャオロース 春巻き フルーツ（みかん缶） 中華スープ（ねぎ・卵） 米飯(150g)	たらのカレーマヨ焼き ジャガイモののり塩バター 春雨サラダ 味噌汁（キヌサヤ・玉葱） 米飯(150g)
間	クレープ（チョコ）	水ようかん	チョコレートワッフル	あんドーナツ	バニラババロア	サラダせんべい	杏仁豆腐
夕	鶏肉のクリーム煮 ジャーマンポテト マンゴー 米飯(150g)	鮭の山椒焼き かぶと人参の煮物 フルーツ（白桃缶） 米飯(150g)	クリームコロッケ トマトとツナのマリネ フルーツ（ぶどう缶） 米飯(150g)	タラのおろし煮 エビ団子と冬瓜の旨煮 フルーツ（黄桃缶） そぼろごはん(150g)	鶏肉のきのこソース 厚揚げの煮物 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	鮭のごまみそ焼き きのこソテー ｷｬﾍﾞﾂとｶﾆｶﾏのｵｲﾏﾖｻﾗﾀﾞ 米飯(150g)	鶏肉と白菜のとろとろ煮 さつま揚げの炒め物 ヨーグルト 米飯（150g）

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝	肉団子の煮物 卵豆腐 牛乳 ふりかけ（さけ） 味噌汁（庄内麩・チンゲン菜） 米飯(150g)	高野豆腐のそぼろ煮 とろろ芋 牛乳 味噌汁（菜の花・白玉麩） 米飯(150g)	エビシューマイ もやしの和え物 牛乳 ふりかけ（のりたま） 味噌汁(玉葱・小松菜) 米飯(150g)	鶏と大根の煮物 ナスとオクラの酢醤油和え 牛乳 味噌汁（長葱･ｷﾇｻﾔ） 米飯(150g)	ベーコンソテー 海藻サラダ 牛乳 ふりかけ（たらこ） 味噌汁（いんげん･麩） 米飯(150g)	揚げナスのそぼろあんかけ もやしの中華風和え 牛乳 ふりかけ（梅しそ） 味噌汁（玉葱・油揚げ） 米飯(150g)	ハムエッグ フルーツ（黄桃缶） 牛乳 グリーンピースのポタージュ チョコパン
昼	カラスカレイの梅焼き 変わりきんぴら かぶの浅漬け風 味噌汁（なめこ･豆腐） 米飯(150g)	鶏肉のオイスターｿｰｽ焼き 切り干し大根煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻ドレ和え 味噌汁（ｴﾉｷ･ﾜｶﾒ） 米飯(150g)	白身フライ マカロニサラダ パインゼリー コンソスープ(ｺｰﾝ･ｱｽﾊﾟﾗ) レーズンロールパン	豚肉の生姜焼き 五目煮豆 もやしナムル 味噌汁（春菊・白玉麩） 米飯(150g)	ボンゴレパスタ (アクアパッツァ) カポナータ ティラミス風 コンソメスープ（アスパラ・ｺｰﾝ） ※麺禁はご飯付き	鶏肉のあっさり焼き 冬瓜と豚の旨煮 ごぼうサラダ 味噌汁（しいたけ・小松菜） 米飯(150g)	夏野菜カレー 福神漬･らっきょう漬 インゲンのハニーマスター レモンヨーグルト
間	乳菓まんじゅう	おかき	リングドーナツ	抹茶カステラ	せんべい（ぽたぽた焼き	手作りプリン	クレープ（バナナ）
夕	豚肉のスタミナ炒め なすの生姜醤油がけ フルーツ（黄桃缶） 米飯(150g)	ホキの粒マスタード焼き ひじき煮 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	肉じゃが 炒り豆腐 フルーツ（バナナ） 米飯(150g)	揚げ出し豆腐カニあんかけ 里芋の煮っころがし りんごのコンポート 炊き込みご飯（150g）	鶏肉のﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰｿｰｽ 白菜とツナのソテー フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	鰆の西京焼き ほうれん草と卵の炒め物 味噌汁(えのき・わかめ) 米飯(150g)	鯖の蒲焼き 春雨の中華煮 蒲鉾とみつばの和風和え 米飯(150g)

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝	鶏肉と切干大根の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾆｶﾏのマヨ和え 牛乳 ふりかけ（かつお） 味噌汁（小松菜・麩） 米飯(150g)	納豆和え 生揚げとえびの中華煮 牛乳 味噌汁（庄内麩・椎茸） 米飯(150g)	ｳｲﾝﾅｰと白菜の塩炒め しらすおろし 牛乳 味噌汁（なめこ・豆腐 米飯(150g)	照り焼きつくね かぶのおかか和え 牛乳 ふりかけ（さけ） 味噌汁（わかめ・長葱） 米飯(150g)	つみれの煮物 白菜の梅和え 牛乳 たいみそ 味噌汁（白玉ふ・きぬさや） 米飯(150g)	京風たまご焼き 里芋の煮物 牛乳 かつおみそ 味噌汁（春菊・わかめ） 米飯(150g)	魚肉ｿｰｾｰｼﾞｿﾃｰ フルーツ(洋梨缶) 牛乳 コーンスープ ロールパン
昼	鮭のタルタル焼き 炒り豆腐 胡瓜の酢の物 清汁（とろろ昆布・なると 米飯(150g)	豚肉とトマトの卵炒め 里芋の田楽 和風大根サラダ わかめスープ 米飯(150g)	深川飯 とり天 水ようかん 味噌汁（万能ねぎ・板麩）	蒸し豚の酢味噌がけ じゃがいもの金平 菜の花のザーサイ和え 清汁（えのき・ほうれん 米飯(150g)	冷やし中華 (豚肉のサラダ風) かにシューマイ フルーツヨーグルト ※麺禁はご飯・汁付き	豚肉と白菜の中華炒め 切り昆布の煮付け わかめのぬた和え 清汁（花麩･とろろ昆布） 米飯(150g)	和風ハンバーグ 卯の花炒め 春雨サラダ 中華スープ（葱・はんぺん 米飯(150g)
間	ワッフル	もみじ饅頭	コーヒーゼリー	おかき	抹茶ようかん	黒ごまプリン	チョコバウム
夕	豚肉の葱塩焼き 南瓜きんとん フルーツ（バナナ） 米飯(150g)	からすかれいの照り焼き 冬瓜のそぼろ煮 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	赤魚の梅焼き 茄子の生姜醤油かけ りんごのコンポート 米飯(150g)	メンチカツ ビーフンソテー フルーツ（ぶどう缶） おかかチーズご飯(150g)	鶏肉の塩こうじ焼き オクラとベーコンのみそ炒 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	たらの柚子胡椒焼き 大根のそぼろあんかけ フルーツ（オレンジ） 枝豆御飯(150g)	鯖の味噌煮 インゲンとささみの和風和え 清汁（花麩･カイワレ） 米飯(150g)

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
朝	つくねとオクラの塩煮 もやしの高菜和え 牛乳 ふりかけ（のりたまご） 味噌汁（玉葱・油揚げ） 米飯(150g)	ウインナーソテー かまぼとみつばの和風和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁（ｷﾇｻﾔ・白玉麩） 米飯(150g)	車麩のそぼろ煮 胡瓜としらすのポン酢和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁（小松菜･葱） 米飯(150g)	エビと白菜の中華粥 シューマイ ほうれん草のごま和え 牛乳 味噌汁（冬瓜・大根葉）	鶏とかぶの煮物 鮭おろし 牛乳 味噌汁（わかめ･麩） 米飯(150g)	さんまの生姜煮 とろろ芋 牛乳 味噌汁(ほうれん草・ふ) 米飯(150g)	じゃがいものクリーム煮 フルーツ（黄桃缶） 牛乳 コンソメスープ（チンゲン 黒糖食パン
昼	鮭のちらし寿司 茄子の田楽 あんみつ風 清汁（蒲鉾･ﾄﾛ昆布）	千草焼き さつま揚げのさっと煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁（なめこ・わかめ） たらこご飯(150g)	タラのカレークリーム煮 グリルポテト トマトサラダ コンソメスープ（しめじ・チンゲン菜） 食パン	チキン南蛮 人参しりしり ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和えもの 味噌汁（ねぎ･油揚げ） 米飯(150g)	ポークカレーライス 福神漬・らっきょう ひじきのサラダ コンソメスープ(人参・コーン)	れんこんつくね さつま芋の甘煮 もやしのゆかり和え 味噌汁（なす・庄内麩） 米飯(150g)	そうめん 薬味 天ぷら盛り合わせ ニラ玉 ※麺禁はご飯・汁付き
間	ねりきり	いちごゼリー	乳菓まんじゅう	カステラ	ワッフル	シュークリーム	もみじ饅頭
夕	鶏肉の山椒焼き ひじきと大豆の煮付け 洋梨のコンポート 米飯(150g)	カラスカレイの照り焼き 切り昆布の煮物 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	豚肉のすき焼き風煮 温泉卵 フルーツ（黄桃缶） 米飯(150g)	赤魚のｺﾞﾏﾀﾞﾚｿｰｽかけ 春雨とハムの煮物 フルーツ（ぶどう缶） 米飯(150g)	牛肉コロッケ マカロニのトマト煮 フルーツ（オレンジ） 米飯(150g)	鶏肉のレモン焼き 冬瓜とｳｲﾝﾅｰのｺﾝｿﾒ煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	カラスカレイの梅焼き 生揚げの含め煮 フルーツ(マンゴー缶) 米飯(150g)