



# 予定献立表



			8月1日 (木)	8月2日 (金)	8月3日 (土)
朝食			御飯 かにかま入りふんわり卵 小松菜のお浸し たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ちくわとチゲノ菜の和え物 ふりかけ(のりたま) みそ汁(さつま芋・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め スパゲティサラダ 香の物(しば漬け) みそ汁(しろな・しめじ) カルシウム牛乳
昼食			御飯 マトウダイの照り焼き 切干大根の炒め煮 フルーツ(キウイ) みそ汁(かぶ葉・おつゆ麩)	御飯 鶏肉のさっぱり煮 なすのみそ炒め フルーツ(パイン) お吸物(ほうれん草・かまぼこ)	御飯 あじの七味焼き かぶと絹あげの含め煮 きゃらぶき みそ汁(玉葱・ワカメ)
おやつ			おまんじゅう	きなこパンケーキ	野菜ゼリー
夕食			御飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(ミックス)	御飯 白身魚の香味焼き きんぴらごぼう きゅうりの和え物 フルーツ缶(黄桃)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め かに焼売 大根の中華和え フルーツ(オレンジ)
栄養価			エネルギー 1509kcal タンパク質 65.8g 塩分 7.0g	エネルギー 1435kcal タンパク質 58.2g 塩分 7.2g	エネルギー 1528kcal タンパク質 58.6g 塩分 7.4g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



# 予定献立表



	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)
朝食	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め煮 ほうれん草のごま醤油和え ふりかけ(しそ) みそ汁(えのき・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 がんと冬瓜の煮物 温泉卵 かつおおかか みそ汁(玉葱・貝割) カルシウム牛乳	バターロール(マーガリン) 豆腐ハンバーグ 付)いんげん 青菜のサラダ フルーツ缶(ミックス) カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ カリフラワーのサラダ ふりかけ(さけ) みそ汁(しろな・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 つみれと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え たいみそ みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 長芋とろろ あみえび佃煮 みそ汁(キャベツ・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜の錦糸和え ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・わかめ) カルシウム牛乳
昼食	えびピラフ キッシュ風オムレツ ピクルス フルーツ(バナナ) コンソメスープ(畑菜・長葱)	御飯 金目鯛の煮付け れんこんの甘辛炒め フルーツ(パイナップル) みそ汁(大根・かぶ葉)	御飯 豚肉の生姜焼き わかりとみょうがのしそ風味和え フルーツ(キウイ) みそ汁(ほうれん草・しめじ)	御飯 赤魚のバター醤油焼き 小松菜のわさび和え 冷奴 みそ汁(さつま芋・わかめ)	冷やしそうめん 天ぷら二種盛り 鶏肉と大根の炒め煮 ゼリー	御飯 中華卵焼き ピーマン炒め フルーツ(キウイ) 中華スープ(チンゲン菜・長葱)	御飯 牛肉のしぐれ煮 卵の花 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(畑菜・えのき)
おやつ	蒸しパンケーキ	ババロア	★すまいるデザート★	梨ゼリー	どらやき	プリン	チョコ菓子
夕食	御飯 さわらの漬け焼き ひじきの煮物 白菜のゆかり和え フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鶏肉のバジル焼き 小松菜とベーコンの炒め物 マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 さばのねぎ塩麹焼き 鶏肉と里芋の煮物 二色和え フルーツ缶(洋梨)	御飯 チキンカツ 冬瓜の信田煮 茶福豆 フルーツ(オレンジ)	御飯 白身魚の辛子マヨネーズ焼き かぼちゃの煮物 ブロッコリーのごま和え フルーツ(パイナップル)	御飯 豚肉と茄子の味噌炒め 白菜の煮浸し 香の物(桜だれいこん) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 メヌケの西京焼き チンゲン菜信田煮 さくら大根 フルーツカクテル
栄養価	エネルギー 1631kcal	エネルギー 1582kcal	エネルギー 1635kcal	エネルギー 1478kcal	エネルギー 1455kcal	エネルギー 1580kcal	エネルギー 1423kcal
	タンパク質 64.6 g	タンパク質 65.2 g	タンパク質 69.5 g	タンパク質 56 g	タンパク質 53.6 g	タンパク質 58.6 g	タンパク質 59.5 g
	塩分 7.9 g	塩分 6.9 g	塩分 7.0 g	塩分 6.1 g	塩分 7.6 g	塩分 6.9 g	塩分 7.9 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



# 予定献立表



	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	8月16日(金)	8月17日(土)
朝食	御飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 かたろの甘酢漬け みそ汁(長葱・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 二色和え ふりかけ(しそ) みそ汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	クリームパン チンのパン粉焼き 付)玉葱 小松菜のゆず醤油和え フルーツ(メロン) カルシウム牛乳	御飯 肉豆腐 かつらのおかか和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(白菜・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ チゲン菜とツナの和え物 のり佃煮 みそ汁(もやし・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(おつゆ麩・畑菜) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え あみえび佃煮 みそ汁(さつま芋・えのき) カルシウム牛乳
昼食	御飯 鶏肉のレモンソースかけ ほうれん草とかまの和え物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	おムライス えびとキャベツのサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ(玉葱・人参)	御飯 ブルコギ 大根サラダ フルーツ缶(りんご) 中華スープ(もやし・しろな)	炊き込み御飯 ほっけの塩焼き ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁(畑菜・長葱)	御飯 かぼちの煮付け 南瓜のごま和え フルーツ(パイナップル) みそ汁(豆腐・わかめ)	御飯 鶏肉の九州ソース焼き コールスローサラダ フルーツ缶(黄桃) トマトコンソメスープ	御飯 赤魚のごま醤油焼き 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・貝割)
おやつ	ゼリー	おまんじゅう	スイスロール	白い風船	抹茶ワッフル	クレープ	蒸しパンケーキ
夕食	御飯 さわらのみりん焼き れんこんきんぴら 香の物(しば漬け) フルーツ(キウイ)	御飯 ポークステーキ チゲン菜の煮浸し 豆腐サラダ フルーツ(パイナップル)	御飯 さばの漬け焼き じゃが芋の炒め煮 香の物(つぼ漬け) フルーツ(キウイ)	御飯 鶏肉のみそ焼き なすの揚げ浸し きゅうりの酢の物 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 豚肉と夏野菜の中華炒め えび焼売 大根のさっぱり和え フルーツ缶(みかん)	御飯 あじの山椒焼き 肉じゃが かつらのポン酢和え フルーツ(キウイ)	御飯 豚肉の葱塩炒め かぼちの煮物 香の物(赤しその実漬け) フルーツ缶(洋梨)
栄養価	エネルギー 1541kcal	エネルギー 1564kcal	エネルギー 1549kcal	エネルギー 1478kcal	エネルギー 1550kcal	エネルギー 1508kcal	エネルギー 1546kcal
	タンパク質 63.6g	タンパク質 64.7g	タンパク質 63.2g	タンパク質 63.3g	タンパク質 62.3g	タンパク質 61.3g	タンパク質 61.8g
	塩分 6.5g	塩分 7.9g	塩分 5.7g	塩分 7.7g	塩分 7.1g	塩分 6.9g	塩分 6.6g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



# 予定献立表



	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)	8月24日(土)
朝食	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(かつ) みそ汁(キャベツ・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 だし巻き卵 かつらのなめたけ和え たいみそ みそ汁(豆腐・大根葉) カルシウム牛乳	コッペパン はんぺんチーズのせ焼き 小松菜のドレッシング和え 仔ゴ & マーガリン フルーツ缶(洋梨) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 温泉卵 ふりかけ(しそ) みそ汁(しろな・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 ウイナーソー ほうれん草のごま和え 金山寺みそ みそ汁(キャベツ・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 いんげんのピナッツ和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(白菜・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 納豆 切干大根の煮物 香の物(きゅうり漬) みそ汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 鶏肉のオムソース スパゲティサラダ フルーツ(パイナップル) みそ汁(チンゲン菜・椎茸)	御飯 白身魚の焼き浸し 畑菜の和え物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(じゃが芋・ねぎ)	シーフードカレー カリフラワーサラダ フルーツ(キウイ) 香の物(福神漬)	御飯 さわらの香味焼き 二色浸し フルーツ(パイナップル) みそ汁(玉葱・貝割)	御飯 鶏肉の梅みそ焼き つみれと冬瓜の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・みつば)	御飯 豚肉とビーマンのオムソース炒め パンプキンサラダ フルーツ(キウイ) みそ汁(畑菜・長葱)	*夏祭りメニュー* 焼きそば・お好み焼き たこ焼き・唐揚げ フライドポテト 冷やしきゅうり
おやつ	やわらかおかき	梨ゼリー	バームクーヘン	野菜ゼリー	おせんべい	ぶどうゼリー	シュークリーム
夕食	御飯 フライ二種盛り 白菜の煮浸し 冷やしトマト フルーツ缶(ミックス)	御飯 松風焼き 冬瓜の加かあんかけ なすの香味和え 昆布豆	御飯 豆腐チャンプル 焼き餃子 チンゲン菜の中華和え フルーツ缶(白桃)	御飯 トテキ風 ぜんまい煮 きゅうりの塩昆布和え フルーツ缶(みかん)	御飯 さばの七味焼き 里芋の煮ころがし ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 千草焼き かぶの含め煮 チンゲン菜の辛子和え きやらぶき	御飯 黄金かれいの生姜煮 じゃが芋の甘辛炒め 青菜の酢みそがけ フルーツ(パイナップル)
栄養価	エネルギー 1499kcal	エネルギー 1556kcal	エネルギー 1640kcal	エネルギー 1540kcal	エネルギー 1541kcal	エネルギー 1526kcal	エネルギー 1343kcal
	タンパク質 53.3g	タンパク質 70.4g	タンパク質 68.7g	タンパク質 67.3g	タンパク質 62.9g	タンパク質 64.6g	タンパク質 60.6g
	塩分 7.0g	塩分 7.2g	塩分 7.9g	塩分 6.8g	塩分 7.8g	塩分 7.4g	塩分 7.9g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



# 予定献立表



	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)
朝食	御飯 和風スクランブルエッグ 白菜のおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 なすのそぼろ煮 冷奴 香の物(つぼ漬け) みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳	黒糖ロール(マーガリン) けんぴ(か 付)いんげん マカロニサラダ フルーツ缶(洋梨) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げとかぶの煮物 長芋とろろ 香の物(しば漬け) みそ汁(小松菜・えのき) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げの炒め煮 ほうれん草としめじの和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 だし巻き卵 青菜の和え物 たいみそ みそ汁(長葱・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 白菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(かぶ・大根葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 まぐろハンバーグ れんこんの炒り煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・かぶ葉)	ごまだれ冷やし中華 春巻き チンゲン菜のしらす炒め 杏仁フルーツ	御飯 白身魚のチーズ焼き 夏野菜のトマト煮 フルーツ(メロン) コンソメスープ(キャベツ・わかめ)	御飯 八宝菜 焼売 フルーツ(オレンジ) 中華スープ(冬瓜・ねぎ)	御飯 あじの漬け焼き いんげんのごまマヨネーズ和え フルーツ(バナナ) みそ汁(豆腐・大根葉)	御飯 ミートローフ ブロッコリーのサラダ フルーツ(パイナップル) コンソメスープ(マカロニ・人参)	御飯 かれの揚げ浸し 小松菜の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(もやし・ねぎ)
おやつ	抹茶プリン	ロールケーキ	ココアムース	やわらかおかき	淡雪ゼリー	おまんじゅう	梨ゼリー
夕食	御飯 豚肉のポソ酢炒め さつま芋と昆布の煮物 畑菜とかまぼこの和え物 フルーツ(キウイ)	御飯 ほっけの塩麹焼き きんぴらごぼう もずく酢 フルーツ(オレンジ)	御飯 牛肉の玉葱ソースかけ 里芋とちくわの含め煮 かたまりの甘酢漬け フルーツ缶(黄桃)	御飯 マトウダイのみそバター焼き ひじきの煮物 きゅうりの和え物 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 チキンのカレーグリン ジャーマンポテト 香の物(青しその実漬け) フルーツ缶(ミックス)	御飯 赤魚の香味焼き 鶏肉と冬瓜のスープ煮 キャベツのゆかり和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め つみれと里芋の煮物 ごぼうサラダ フルーツ(オレンジ)
栄養価	エネルギー 1578kcal	エネルギー 1498kcal	エネルギー 1628kcal	エネルギー 1499kcal	エネルギー 1527kcal	エネルギー 1529kcal	エネルギー 1566kcal
	タンパク質 61.3g	タンパク質 57.2g	タンパク質 64.7g	タンパク質 64.4g	タンパク質 61.2g	タンパク質 63.2g	タンパク質 62.6g
	塩分 7.5g	塩分 8.9g	塩分 6.1g	塩分 6.3g	塩分 7.4g	塩分 6.4g	塩分 7.1g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。