

8月献立表

暑さが本格的な8が始まります！

気温の高い日が続く、夏バテになってしまったり、クーラーで冷えたお部屋の中で過ごす、体調を悪くしてしまいがちです。11日の山の日には人類にとって山海一体のものであるということから制定されました。さっぱりとしたメニューや夏の暑さに負けないように力がつくお食事をご提供いたします。



8月1日(金)



8月2日(土)



8月3日(日)



				8月1日(金)	8月2日(土)	8月3日(日)
朝食				御飯 ソーセージと野菜の炒め物 おくらの生姜和え のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 ふんわり真丈と野菜の煮物 カリフラワーの和え物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 野菜入り炒り卵 スパゲティサラダ 漬物 味噌汁 牛乳
昼食				五目ちらし寿司 ごぼうのそぼろ炒め キャベツの塩昆布和え すまし汁 ミニケーキ	ゆかり御飯 めばるの塩麴焼き さつま芋の含め煮 わさび豆腐 味噌汁	豆のカレーライス 福神漬け かにかまサラダ コンソメスープ いちごムース
おやつ				黒糖まんじゅう	メープルパンケーキ	プチシュー
夕食				御飯 あじの照り焼き ほうれん草と えのきのさっと煮 白菜のゆず和え 味噌汁	御飯 豚肉と野菜の オイスター炒め ぜんまいの炒め煮 モロヘイヤのお浸し 味噌汁	御飯 白身魚の煮付け 五目金平 長芋の酢の物 味噌汁
1日計				1食材:-:1327kcal タバク:52.1g 脂質:22.9g 食塩相:8.1g	1食材:-:1434kcal タバク:53.8g 脂質:28.9g 食塩相:10.0g	1食材:-:1523kcal タバク:55.6g 脂質:41.8g 食塩相:9.1g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



8月献立表

2025年8月4日～8月10日

	8月4日(月)	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)	8月8日(金)	8月9日(土)	8月10日(日)
							
朝食	御飯 野菜とベーコンの炒め物 白菜と油揚げのお浸し のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン ソーセージステーキ ／温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ 牛乳	麦ごはん 白身魚のふんわり煮物 とろろ スナッペンどうのサラダ 味噌汁 ヨーグルト	パン ポイルウインナー ／野菜のソテー コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 魚肉ソーセージと 野菜の炒め物 アスパラの和え物 ふりかけ 味噌汁、ヨーグルト	御飯 オムレツ いんげんのツナサラダ のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 かに真丈の含め煮 三色和え たいみそ 味噌汁 ヨーグルト
昼食	御飯 さばの幽庵焼き なすの田楽 トマトの葱だれ すまし汁	ツナと梅おろしの 冷かけそうめん 玉子焼き しろ菜とほたて風味の和え物 フルーツあんみつ	御飯 ハンバーグ 和風玉葱ソース 里芋の明太あん キャベツの塩昆布和え すまし汁	【からだ元気：高血圧予防】 生姜と大葉の御飯 あぶらかれいのごまポン酢 春雨のピリ辛炒め ささみとトマトの塩麴マリネ 味噌汁	チキンドリア ほうれん草のソテー コーンサラダ コンソメスープ	御飯 あじの香味ソース 切り昆布の煮物 長芋の梅だれ すまし汁	御飯 麻婆なす 春巻き ザーサイ 中華スープ
おやつ	抹茶蒸しパン	ロールケーキ(コーヒー)	エクレア	ぼたぼた焼き(煎餅)	ショコラスペシャル	ようかん	グレープゼリー
夕食	御飯 豚肉の生姜焼き ごぼうの山椒炒め ほうれん草と しめじの和え物 味噌汁	御飯 鶏肉と野菜のうま煮 たけのこのおかか炒め おくらゆず和え すまし汁	御飯 ほっけのもろみ味噌焼き 白菜の旨煮 ブロッコリーのしらす和え 味噌汁	御飯 豚肉のにんにく醤油焼き ひじきの煮物 胡瓜の和え物 味噌汁	菜飯 助宗たらの三つ葉あん れんこん金平 大根のしそ和え 味噌汁	御飯 肉団子の甘酢あんかけ かに風味焼売 レタスのナムル 中華スープ	御飯 さわらのわさび醤油 ピーマンの塩炒め トマトの和え物 味噌汁
1日計	1食分:-:1628kcal タバク:52.2g 脂質:56.9g 食塩相:7.7g	1食分:-:1419kcal タバク:53.6g 脂質:38.1g 食塩相:10.5g	1食分:-:1352kcal タバク:51.4g 脂質:27.5g 食塩相:7.9g	1食分:-:1466kcal タバク:59.0g 脂質:39.8g 食塩相:10.2g	1食分:-:1492kcal タバク:54.1g 脂質:37.1g 食塩相:9.1g	1食分:-:1535kcal タバク:54.6g 脂質:30.0g 食塩相:9.3g	1食分:-:1536kcal タバク:48.2g 脂質:49.0g 食塩相:8.2g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



8月献立表

2025年8月11日～8月17日

	8月11日(月)	8月12日(火)	8月13日(水)	8月14日(木)	8月15日(金)	8月16日(土)	8月17日(日)
							
朝食	御飯 ソーセージソテー マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	パン ポイルウインナー ／ツナと野菜のソテー コンソメスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 目玉焼き 白菜の和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	パン 野菜ソテー ／ミートボール コーンクリームスープ フルーツ ヨーグルト	御飯 さつま揚げと野菜の煮物 小松菜の和え物 ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き 納豆 ゆかり和え 味噌汁 ヨーグルト	御飯 海老と野菜の炒め物 スパゲティサラダ たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	【山の日】 山の日チキンカツカレー 大根サラダ コンソメスープ りんごヨーグルト	とろろそば なすの田楽 キャベツの和え物 フルーツあんみつ	特別食 	御飯 助宗たらの玉ねぎソース 里芋のそぼろ餡かけ 菜の花のからし和え 味噌汁	【ご当地：沖縄県】 タコライス 人参しりしり 黒糖風味の豆乳 パンコッタ マンゴー添え 冬瓜のスープ	御飯 鶏の唐揚げ 切り昆布の煮物 胡瓜のもろみ味噌がけ すまし汁	御飯 ほっけの山椒焼き れんこんの明太子炒め 長芋の塩昆布和え 味噌汁
おやつ	きなこまんじゅう	カステラ	たい焼き	コーヒーゼリー	ソフトクレープ(いちご)	牛乳プリン	ところてん(黒蜜)
夕食	炊き込み御飯 赤魚の葱蒸し たけのこのおおか炒め かぶのしらす和え すまし汁	御飯 豚肉のコク旨炒め さつま芋の甘煮 いんげんのくすみ和え 味噌汁	御飯 さばの照り焼き がんもの炊き合わせ ほうれん草のお浸し すまし汁	御飯 牛肉豆腐 れんこんの味噌炒め 春雨サラダ すまし汁	御飯 白身魚のわさび醤油 切干大根の煮物 冷奴 味噌汁	御飯 めばるの煮付け ピーマンの炒め物 トマトの和え物 味噌汁	御飯 豚肉の塩レモン炒め なすの含め煮 卵豆腐 すまし汁
1日計	1献立:-:1588kcal タバク:57.4g 脂質:40.3g 食塩相:9.7g	1献立:-:1558kcal タバク:49.3g 脂質:41.4g 食塩相:8.2g	1献立:-:1601kcal タバク:66.2g 脂質:37.0g 食塩相:5.3g	1献立:-:1558kcal タバク:61.3g 脂質:36.9g 食塩相:8.8g	1献立:-:1493kcal タバク:57.7g 脂質:40.1g 食塩相:8.2g	1献立:-:1514kcal タバク:67.3g 脂質:44.2g 食塩相:7.6g	1献立:-:1460kcal タバク:53.1g 脂質:43.6g 食塩相:7.5g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



8月献立表

2025年8月18日～8月24日

	8月18日(月)	8月19日(火)	8月20日(水)	8月21日(木)	8月22日(金)	8月23日(土)	8月24日(日)
							
朝食	御飯 ツナと野菜の炒め物 小松菜のゆず和え 漬物 味噌汁 ヨーグルト	パン ポイルウインナー ノキッシュ風 コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 ふんわりすり身の煮物 白菜の和え物 のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン スクランブルエッグ ノソーセージステーキ カレー風味スープ フルーツ 牛乳	御飯 さつま揚げの和風あんかけ 南瓜サラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ベーコンと野菜のソテー おくらの和え物 のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 炒り卵 ブロッコリーの和え物 たいみそ 味噌汁 ヨーグルト
昼食	御飯 豆腐ハンバーグ 冬瓜のかにかまあん わかめの三杯酢 味噌汁	塩ラーメン かに風味焼売 即席漬け 杏仁豆腐	【認知症予防 長寿ごはん】 押し麦入りバターライス レモン香るあじの彩り野菜添え 厚揚げといんげんのカレーソテー ブルーベリー入りフルーツポンチ コンソメスープ	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め ひじきの煮物 ちんげん菜の酢味噌がけ すまし汁	御飯 赤魚のみりん漬け焼き かぶのそぼろ餡かけ 京五色漬け 味噌汁	ハヤシライス じゃが芋の ガーリックバター炒め コンソメスープ りんごムース	特別食 
おやつ	バターケーキ	雪の宿(煎餅)	ドーナツ	パンナコッタ	いちごゼリー	バタークッキー	
夕食	御飯 さばの味噌煮 ブロッコリーの炒め物 かぶの和え物 味噌汁	御飯 牛肉じゃが ごぼうと さつま揚げの炒め物 わさび豆腐 すまし汁	御飯 鶏肉の柚子こしょうだれ 大豆五目煮 しろ菜のお浸し 味噌汁	御飯 助宗たらの香味だれ ぜんまいの炒め煮 ブロッコリーの胡桃和え 味噌汁	御飯 鶏肉の梅だれ なすのくるみ味噌田楽 胡瓜の三杯酢 すまし汁	御飯 卵と海老のチリソースがけ れんこん金平 かにかまサラダ 味噌汁	
1日計	1材料-:1449kcal タバク:49.6g 脂質:42.3g 食塩相:8.4g	1材料-:1576kcal タバク:52.8g 脂質:53.6g 食塩相:10.1g	1材料-:1538kcal タバク:60.0g 脂質:40.1g 食塩相:7.9g	1材料-:1470kcal タバク:63.4g 脂質:39.6g 食塩相:8.4g	1材料-:1500kcal タバク:54.8g 脂質:39.8g 食塩相:9.4g	1材料-:1620kcal タバク:49.9g 脂質:51.2g 食塩相:8.9g	1材料-:1587kcal タバク:69.1g 脂質:21.0g 食塩相:4.9g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館



8月献立表

2025年8月25日～8月31日

	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)	8月30日(土)	8月31日(日)
							
朝食	御飯 はんぺんと野菜の煮物 マカロニサラダ 漬物 味噌汁 牛乳	パン 魚肉ソーセージのソテー ／温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 がんと野菜の煮物 ごまドレサラダ のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン ボイルウインナー ／ハッシュドポテト コーンクリームスープ フルーツ 牛乳	御飯 ツナと野菜の炒め物 ちんげん菜ののり浸し たいみそ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ふんわり真丈の 和風あんかけ 納豆 もやしのサラダ 味噌汁、牛乳	御飯 お魚ソーセージと 野菜の炒め物 ブロッコリーの和え物 ふりかけ 味噌汁、ヨーグルト
昼食	御飯 海老と厚揚げの香味炒め 里芋の煮ころがし ちんげん菜のナムル すまし汁	肉うどん ちくわの磯部揚げ かぶのしその実和え 煮豆	【駅弁 静岡県】 鯛飯弁当 さつま揚げと根菜の煮物 わかめとかにかまの和え物 すまし汁 フルーツムース	御飯 八宝菜 えび風味焼売 ナムル 中華スープ	カレーライス Катテージチーズのサラダ フルーツ コンソメスープ	御飯 豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮 かぶの大葉和え すまし汁	【野菜の日】 オムライス ラタトゥイユソース コーンサラダ フルーツゼリー 枝豆のポタージュ
おやつ	もみじまんじゅう	星たべよ(煎餅)	いちごスペシャル	ワッフル	ミニピーナツパン	青りんごゼリー	抹茶クリームパンケーキ
夕食	御飯 蒸し鶏の葱塩麹だれ ピーマンとイカの炒め物 白菜のゆかり和え 味噌汁	御飯 あぶらかれのいりわさび醤油 切干大根の煮物 もずく酢 味噌汁	御飯 豚の角煮 長芋のたらこ炒め おくらゆず和え 味噌汁	御飯 鶏肉の焼き南蛮 大豆の炒り煮 ブロッコリーの 梅かつおがけ すまし汁	御飯 肉団子の甘酢だれ 春雨の旨煮 うの花 味噌汁	御飯 あじの醤油麹焼き 金平ごぼう しろ菜のお浸し 味噌汁	御飯 さわらの焼き浸し ビーフン炒め 長芋と水菜の和え物 すまし汁
1日計	1食あたり:1528kcal タンパク:56.7g 脂質:40.8g 食塩相:9.2g	1食あたり:1413kcal タンパク:57.8g 脂質:36.9g 食塩相:8.8g	1食あたり:1588kcal タンパク:55.9g 脂質:44.9g 食塩相:8.9g	1食あたり:1659kcal タンパク:62.3g 脂質:54.6g 食塩相:9.1g	1食あたり:1492kcal タンパク:46.6g 脂質:38.5g 食塩相:9.2g	1食あたり:1502kcal タンパク:61.1g 脂質:36.1g 食塩相:8.1g	1食あたり:1463kcal タンパク:51.3g 脂質:35.6g 食塩相:7.6g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比式番館

