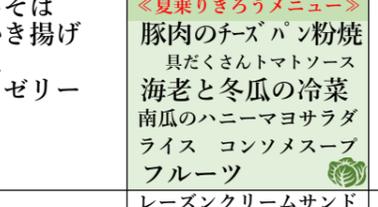
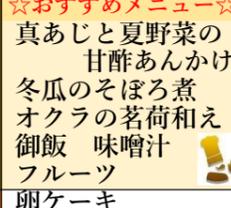


Monthly Menu 8月

	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	1(金)	2(土)
朝食	 <p>真あじと夏野菜の甘酢あんかけ</p> <p>はまポークのソテー 夏野菜ソース</p> <p>北海道名物 豚丼</p> <p>※写真はイメージです</p>					御飯 ジャーマンポテト 盛合わせサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナと野菜の炒め物 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食						ポークカレー サーモンマヨフライ コールスローサラダ 野菜スープ フルーツ	御飯 鶏もも肉の照焼き 切干大根の煮物 長葱とわかめのぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー
おやつ						黒糖ケーキ	バナラブッセ
夕食						御飯 ホキの利休焼き 南瓜の含め煮 胡瓜のボン酢和え 味噌汁	御飯 マスの粕漬け焼き いんげんの当座煮 かぶの塩昆布和え 味噌汁
朝食	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
朝食	御飯 竹輪の煮物 青梗菜のソテー 納豆 味噌汁	御飯 挽肉と野菜の炒め物 豆腐サラダ 漬物 味噌汁	パン ミートボールのコンソメ煮 シーザーサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 炒り卵 いんげんのサラダ 味噌汁	パン ウインナーと野菜のソテー ハムサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 オムレツ カリフラワーのドレッシング和え うめびしお 味噌汁	御飯 小町麩の煮物 キャベツのおかか和え ふりかけ 味噌汁
昼食	 <p>特食</p>	御飯 3種のチーズ ささみフライ 切り昆布の煮物 白菜の柚子和え 味噌汁 フルーツ	冷やし中華 春巻き 三色ナムル フルーツ	メンチカツとハムチーズ サンドイッチ スペイン風オムレツ 彩りサラダ クリームスープ フルーツゼリー	御飯 白身魚のかおり揚げ 五目金平 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ハンバーグドリア コロッケ イタリアンサラダ 野菜スープ ヨーグルト	御飯 赤魚の酒蒸し ほん酢添え 高野豆腐の煮物 小松菜のなめ茸和え 沢煮椀 フルーツ
おやつ	スィスロール	水ようかん	抹茶ロールケーキ	クリームワッフル	カステラ	牛乳ケーキ	
夕食	御飯 真あじの さっぱり梅煮 厚揚げの肉味噌田楽 小松菜のおかか和え すまし汁	ライス 鱈の香草パン焼き 南瓜ジャーマン 盛合せサラダ トマトスープ	御飯 鯖の葱味噌焼き 揚げ茄子の煮浸し 胡瓜の茗荷和え すまし汁	御飯 豚肉の甘辛うま煮 さつま芋の甘煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁	御飯 鶏肉のスタミナ炒め 温泉卵添え 中華風冷奴 春雨サラダ 具だくさん中華スープ	御飯 マスの塩焼き ひじきの煮物 漬物二種 味噌汁	御飯 鶏もも肉のもろみ焼き ビーフン炒め 煮豆 味噌汁
朝食	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
朝食	御飯 豚肉と野菜の煮物 ポテトサラダ 納豆 味噌汁	御飯 ツナじゃが フレンチサラダ 漬物 味噌汁	パン ポークビーンズ グラッセ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 ベーコンと野菜のソテー かぶのマリネ 味噌汁	パン 南瓜のバター醤油炒め カリフラワーのツナ和え 野菜スープ ヨーグルト	御飯 さつま揚げの煮物 ミックスサラダ ゆずみそ 味噌汁	御飯 ソーセージと野菜の炒め物 ミックスサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食	ライス 白身魚のフリット オーロラソース 野菜のクリーム煮 ツナサラダ オニオンスープ フルーツゼリー	御飯 真あじの柚子胡椒焼き がんもの煮物 菜の花の錦糸和え 味噌汁 ヨーグルト	ほうれん草とあさりの 和風パスタ 白身魚フライ サウザンサラダ パンブキンポターージュ フルーツ	ライス 鱈のカレームニエル 季節野菜のチーズ焼き 盛り合わせサラダ 枝豆の卵スープ フルーツ	御飯 フライ二種盛り 冬瓜のそぼろ煮 長葱のぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー	 <p>ご当地メニュー【北海道】 北海道名物！豚丼 ひじきの煮物 白菜のしその実和え 味噌汁 ヨーグルト</p>	ライス ホキのポテト焼き ラタトゥイユ コンソメスープ フルーツ
おやつ	お誕生日ケーキ	紅茶ケーキ	ブッセサンド	水ようかん(栗)	メープルケーキ	どらやき	オレンジケーキ
夕食	御飯 豚肉のくわ焼き 冬瓜の薄くず煮 青菜のお浸し 味噌汁	御飯 とろ旨 麻婆茄子 しゅうまい 大根のザーサイ和え 中華スープ	御飯 鶏もも肉の 野菜味噌焼き 山形だし風冷奴 青梗菜の菜種和え すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん 根菜金平 漬物二種 味噌汁	ライス チキンソテー オニオンソース ポテトのミートソースがけ 胡麻ドレサラダ ミルクスープ	御飯 鯖の山椒焼き 大根のユズあんかけ 春菊の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の香味焼き 玉子豆腐 人参の真砂和え 味噌汁
朝食	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
朝食	御飯 肉団子の煮物 おろし和え 納豆 味噌汁	御飯 オムレツ 大根サラダ 漬物 味噌汁	パン ハムと野菜のソテー シーザーサラダ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 小町麩の煮物 いんげんの和風マヨ和え 味噌汁	パン スクランブルエッグ サウザンサラダ クリームスープ ヨーグルト	御飯 厚揚げと野菜の炒め物 マカロニサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナじゃが キャベツのチーズ和え ふりかけ 味噌汁
昼食	御飯 豚肉の オイスター照焼き かに玉 ナムル 中華スープ フルーツ	ライス チーズハンバーグ デミグラス マカロニソテー バジル風味 花野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	梅おろしそば 野菜のかき揚げ 千草和え フルーツゼリー	 <p>＜夏乗りきろうメニュー＞ 豚肉のチーズパン粉焼 具だくさんマトソース 海老と冬瓜の冷菜 南瓜のハニーマヨサラダ ライス コンソメスープ フルーツ</p>	御飯 鶏もも肉の唐揚げ 切干大根の煮物 春菊のピーナッツ和え 味噌汁 フルーツ	 <p>特食</p>	御飯 鯖の味噌焼き 蓮根のずんだがけ 白菜のしその実和え すまし汁 ヨーグルト
おやつ	人形焼き	バナナケーキ	カステラ	レーズンクリームサンド	マンゴープリン	水ようかん(芋)	ミルクプリン
夕食	御飯 真あじの塩焼き 筑前煮 ほうれん草のお浸し 赤だし味噌汁	御飯 赤魚の葱蒸し 胡麻だれ 大豆の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の 味噌バター焼き 金平ごぼう 胡瓜のボン酢和え すまし汁	御飯 ホキの柚庵焼き さつま揚げの煮物 小松菜の海苔和え 味噌汁	御飯 生姜香る 鱈の煮付け 冷奴 大葉添え 白菜のなめ茸和え 味噌汁	御飯 豚バラ肉の葱塩炒め さつま芋の甘煮 夏野菜の甘酢漬け 具だくさん味噌汁	御飯 鶏もも肉の野菜蒸し ほん酢添え 茄子の田楽 ブロッコリーのおかか和え すまし汁
朝食	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
朝食	御飯 豆腐の煮物 エンドウのドレッシング和え 納豆 味噌汁	御飯 炒り卵 青梗菜サラダ 漬物 味噌汁	パン 野菜のチーズ焼き ハッシュドポテト コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 厚焼きたまご オニオンサラダ 味噌汁	パン ツナと野菜の炒め物 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 炒り豆腐 ミックスサラダ のり佃煮 味噌汁	御飯 ウインナーと野菜のソテー エンドウのサラダ ふりかけ 味噌汁
昼食	 <p>☆おすすめメニュー☆ 真あじと夏野菜の 甘酢あんかけ 冬瓜のそぼろ煮 オクラの茗荷和え 御飯 味噌汁 フルーツ</p>	御飯 粗挽ビーフの メンチカツ ひじきの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 フルーツ	焼きそば しゅうまい ザーサイ和え 中華スープ フルーツゼリー	御飯 鯖の味噌煮 竹輪の甘辛炒め 大根のゆかり和え すまし汁 ヨーグルト	御飯 鱈の粕漬け焼き 五目大豆 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	御飯 チキンカレー クリームコロッケ ハムサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 白身魚の 揚げおろし煮 青梗菜の煮浸し 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツゼリー
おやつ	卵ケーキ	水ようかん(抹茶)	チョコプリン	カステラドーナツ	マロンワッフル	ゆずまんじゅう	黒糖ケーキ
夕食	御飯 豚しゃぶ 焙煎胡麻だれ 金平ごぼう 白菜の柚子和え 味噌汁	御飯 鰯のみりん焼き 切り昆布の煮物 煮豆 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 玉子豆腐 ポテトサラダ 味噌汁	ライス 鶏もも肉の バルサミソース 野菜のトマト煮 グラッセ ベジタブルスープ	御飯 和風おろしハンバーグ 野菜の焼き浸し 漬物二種 味噌汁	御飯 赤魚の磯辺焼き さつま芋の甘煮 なます 味噌汁	ライス 豚肉の ハニーマスタード焼き グリル野菜 マリネサラダ コンチャウダー

Weekly Menu



8月

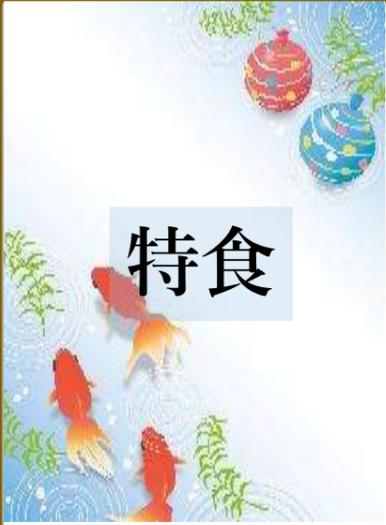
	7月27日(日)	7月28日(月)	7月29日(火)	7月30日(水)	7月31日(木)	8月1日(金)	8月2日(土)
朝食	御飯 小町麩の卵とじ 金平ごぼう 納豆 味噌汁	御飯 肉団子と野菜の煮物 大根サラダ 漬物 味噌汁	パン ベーコンと野菜の炒め物 エンドウのマヨネーズ和え コンソメスープ 牛乳	麦御飯 とろろ芋 がんもの煮物 ブロッコリーのわさび和え 味噌汁	パン オムレツ オニオンサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 ジャーマンポテト 盛合わせサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナと野菜の炒め物 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 477 kcal	エネルギー 405 kcal	エネルギー 487 kcal	エネルギー 389 kcal	エネルギー 399 kcal	エネルギー 416 kcal	エネルギー 457 kcal
昼食	☆おすすめメニュー☆ 新生姜御飯 豚しゃぶ 梅しそだれ ゴーヤチャンプルー 夏野菜のごま和え 冬瓜のすり流し汁 フルーツ	ライス 鱈のポテト焼き 青菜のコーンソテー エッグサラダ ポタージュ フルーツ	冷やし稲庭 たぬきうどん 照焼きつくね 白菜のゆかり和え フルーツゼリー	御飯 メンチカツと 南瓜コロケの盛合せ 炒り鶏 オクラの酢の物 赤だし味噌汁 ヨーグルト	御飯 真あじの塩焼き 蓮根きんぴら ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	ポークカレー サーモンマヨフライ コールスローサラダ 野菜スープ フルーツ	御飯 鶏もも肉の照焼き 切干大根の煮物 長葱とわかめのぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー
	エネルギー 554 kcal	エネルギー 597 kcal	エネルギー 540 kcal	エネルギー 766 kcal	エネルギー 454 kcal	エネルギー 692 kcal	エネルギー 595 kcal
おやつ	水ようかん (抹茶)	チョコプリン	カステラドーナツ	マロンワッフル	ゆずまんじゅう	黒糖ケーキ	バニラブッセ
	エネルギー 76 kcal	エネルギー 19 kcal	エネルギー 113 kcal	エネルギー 59 kcal	エネルギー 65 kcal	エネルギー 70 kcal	エネルギー 40 kcal
夕食	御飯 鯖の塩麹焼き 空也蒸し 小松菜の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の 野菜あんかけ ひじきの煮物 オクラのポン酢和え 味噌汁	御飯 赤魚の山椒焼き 焼き豆腐の そばろあんかけ 青梗菜のピーナッツ和え 味噌汁	御飯 豚肉の柚子胡椒焼き ふきの炒め煮 なます 味噌汁	御飯 鶏もも肉と夏野菜の オイスター炒め 冷奴 葱と生姜添え キャベツの青じそ和え 味噌汁	御飯 ホキの利休焼き 南瓜の含め煮 胡瓜のポン酢和え 味噌汁	御飯 マスの粕漬け焼き いんげんの当座煮 かぶの塩昆布和え 味噌汁
	エネルギー 523 kcal	エネルギー 525 kcal	エネルギー 493 kcal	エネルギー 540 kcal	エネルギー 543 kcal	エネルギー 435 kcal	エネルギー 532 kcal
計	エネルギー 1630 kcal	エネルギー 1546 kcal	エネルギー 1633 kcal	エネルギー 1754 kcal	エネルギー 1461 kcal	エネルギー 1613 kcal	エネルギー 1624 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

	8月3日(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)
朝食	御飯 竹輪の煮物 青梗菜のソテー 納豆 味噌汁	御飯 挽肉と野菜の炒め物 豆腐サラダ 漬物 味噌汁	パン ミートボールのコンソメ煮 シーザーサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 炒り卵 いんげんのサラダ 味噌汁	パン ウインナーと野菜のソテー ハムサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 オムレツ カリフラワーのドレッシング和え うめびしお 味噌汁	御飯 小町麩の煮物 キャベツのおかか和え ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 422 kcal	エネルギー 383 kcal	エネルギー 390 kcal	エネルギー 477 kcal	エネルギー 439 kcal	エネルギー 369 kcal	エネルギー 344 kcal
昼食	 <p>特食</p>	御飯 3種のチーズ ささみフライ 切り昆布の煮物 白菜の柚子和え 味噌汁 フルーツ	冷やし中華 春巻き 三色ナムル フルーツ	メンチカツとハムチーズ サンドイッチ スペイン風オムレツ 彩りサラダ クリームスープ フルーツゼリー	御飯 白身魚のかおり揚げ 五目金平 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ハンバーグドリア コロッケ イタリアンサラダ 野菜スープ ヨーグルト	御飯 赤魚の酒蒸し ぼん酢添え 高野豆腐の煮物 小松菜のなめ茸和え 沢煮椀 フルーツ
	エネルギー 1291 kcal	エネルギー 594 kcal	エネルギー 521 kcal	エネルギー 507 kcal	エネルギー 592 kcal	エネルギー 732 kcal	エネルギー 470 kcal
おやつ		スイスロール	水ようかん	抹茶ロールケーキ	クリームワッフル	カステラ	牛乳ケーキ
		エネルギー 96 kcal	エネルギー 73 kcal	エネルギー 66 kcal	エネルギー 45 kcal	エネルギー 58 kcal	エネルギー 67 kcal
夕食	御飯 真あじの さっぱり梅煮 厚揚げの肉味噌田楽 小松菜のおかか和え すまし汁	ライス 鱈の香草パン焼き 南瓜ジャーマン 盛合せサラダ トマトスープ	御飯 鯖の葱味噌焼き 揚げ茄子の煮浸し 胡瓜の茗荷和え すまし汁	御飯 豚肉の甘辛うま煮 さつま芋の甘煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁	御飯 鶏肉のスタミナ炒め 温泉卵添え 中華風冷奴 春雨サラダ 具たくさん中華スープ	御飯 マスの塩焼き ひじきの煮物 漬物二種 味噌汁	御飯 鶏もも肉のもろみ焼き ビーフン炒め 煮豆 味噌汁
	エネルギー 508 kcal	エネルギー 516 kcal	エネルギー 498 kcal	エネルギー 548 kcal	エネルギー 625 kcal	エネルギー 433 kcal	エネルギー 602 kcal
計	エネルギー 2221 kcal	エネルギー 1589 kcal	エネルギー 1482 kcal	エネルギー 1598 kcal	エネルギー 1701 kcal	エネルギー 1592 kcal	エネルギー 1483 kcal

*都合により献立を変更することがあります。



Weekly Menu



おすすめ



ヘルシー



お肉の日



お魚の日



ご当地



SDGs

8月

	8月10日(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)
朝食	御飯 豚肉と野菜の煮物 ポテトサラダ 納豆 味噌汁	御飯 ツナじゃが フレンチサラダ 漬物 味噌汁	パン ポークビーンズ グラッセ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 ベーコンと野菜のソテー かぶのマリネ 味噌汁	パン 南瓜のバター醤油炒め カリフラワーのツナ和え 野菜スープ ヨーグルト	御飯 さつま揚げの煮物 ミックスサラダ ゆずみそ 味噌汁	御飯 ソーセージと野菜の炒め物 スパゲッティサラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 444 kcal	エネルギー 413 kcal	エネルギー 384 kcal	エネルギー 420 kcal	エネルギー 420 kcal	エネルギー 417 kcal	エネルギー 466 kcal
昼食	ライス 白身魚のフリット オーロラソース 野菜のクリーム煮 ツナサラダ オニオンスープ フルーツゼリー	御飯 真あじの柚子胡椒焼き がんもの煮物 菜の花の錦糸和え 味噌汁 ヨーグルト	ほうれん草とあさりの 和風パスタ 白身魚フライ サウザンサラダ パンプキンポタージュ フルーツ	ライス 鱈のカレームニエル 季節野菜のチーズ焼き 盛り合わせサラダ 枝豆の卵スープ フルーツ	御飯 フライ二種盛り 冬瓜のそぼろ煮 長葱のぬた和え 味噌汁 フルーツゼリー	ご当地メニュー【北海道】 北海道名物！豚丼 ひじきの煮物 白菜のしその実和え 味噌汁 ヨーグルト	ライス ホキのポテト焼き ラタトゥイユ コーンサラダ コンソメスープ フルーツ
	エネルギー 736 kcal	エネルギー 552 kcal	エネルギー 553 kcal	エネルギー 583 kcal	エネルギー 641 kcal	エネルギー 613 kcal	エネルギー 555 kcal
おやつ	お誕生日ケーキ	紅茶ケーキ	ブッセサンド	水ようかん(栗)	メープルケーキ	どらやき	オレンジケーキ
	エネルギー 69 kcal	エネルギー 69 kcal	エネルギー 51 kcal	エネルギー 74 kcal	エネルギー 68 kcal	エネルギー 64 kcal	エネルギー 69 kcal
夕食	御飯 豚肉のくわ焼き 冬瓜の薄くず煮 青菜のお浸し 味噌汁	御飯 とろ旨 麻婆茄子 しゅうまい 大根のザーサイ和え 中華スープ	御飯 鶏もも肉の 野菜味噌焼き 山形だし風冷奴 青梗菜の菜種和え すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん 根菜金平 漬物二種 味噌汁	ライス チキンソテー オニオンソース ポテトのミートソースかけ 胡麻ドレサラダ ミルクスープ	御飯 鯖の山椒焼き 大根のユズあんかけ 春菊の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の香味焼き 玉子豆腐 人参の真砂和え 味噌汁
	エネルギー 534 kcal	エネルギー 658 kcal	エネルギー 543 kcal	エネルギー 590 kcal	エネルギー 581 kcal	エネルギー 541 kcal	エネルギー 539 kcal
計	エネルギー 1714 kcal	エネルギー 1692 kcal	エネルギー 1531 kcal	エネルギー 1667 kcal	エネルギー 1710 kcal	エネルギー 1635 kcal	エネルギー 1629 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

	8月17日(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)
朝食	御飯 肉団子の煮物 おろし和え 納豆 味噌汁	御飯 オムレツ 大根サラダ 漬物 味噌汁	パン ハムと野菜のソテー シーザーサラダ コンソメスープ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 小町麩の煮物 いんげんの和風マヨ和え 味噌汁	パン スクランブルエッグ サウザンサラダ クリームスープ ヨーグルト	御飯 厚揚げと野菜の炒め物 マカロニサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 ツナじゃが キャベツのチーズ和え ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 412 kcal	エネルギー 401 kcal	エネルギー 404 kcal	エネルギー 429 kcal	エネルギー 472 kcal	エネルギー 476 kcal	エネルギー 405 kcal
昼食	御飯 豚肉の オイスター照焼き かに玉 ナムル 中華スープ フルーツ	ライス チーズハンバーグ デミグラス マカロニソテー バジル風味 花野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	梅おろしそば 野菜のかき揚げ 千草和え フルーツゼリー	《夏乗りきろうメニュー》 豚肉のチーズパン粉焼 具だくさんトマトソース 海老と冬瓜の冷菜 南瓜のハニーマヨサラダ ライス コンソメスープ フルーツ	御飯 鶏もも肉の唐揚げ 切干大根の煮物 春菊のピーナッツ和え 味噌汁 フルーツ	<div style="text-align: center; font-size: 2em; font-weight: bold;">特食</div>	御飯 鯖の味噌焼き 蓮根のずんだがけ 白菜のしその実和え すまし汁 ヨーグルト
	エネルギー 565 kcal	エネルギー 694 kcal	エネルギー 571 kcal	エネルギー 589 kcal	エネルギー 656 kcal		エネルギー 592 kcal
おやつ	人形焼き	バナナケーキ	カステラ	レーズンクリームサンド	マンゴープリン	水ようかん (芋)	ミルクプリン
	エネルギー 83 kcal	エネルギー 75 kcal	エネルギー 80 kcal	エネルギー 84 kcal	エネルギー 91 kcal	エネルギー 78 kcal	エネルギー 72 kcal
夕食	御飯 真あじの塩焼き 筑前煮 ほうれん草のお浸し 赤だし味噌汁	御飯 赤魚の葱蒸し 胡麻だれ 大豆の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の 味噌バター焼き 金平ごぼう 胡瓜のポン酢和え すまし汁	御飯 ホキの柚庵焼き さつま揚げの煮物 小松菜の海苔和え 味噌汁	御飯 生姜香る 鱈の煮付け 冷奴 大葉添え 白菜のなめ茸和え 味噌汁	御飯 豚バラ肉の葱塩炒め さつま芋の甘煮 夏野菜の甘酢漬け 具だくさん味噌汁	御飯 鶏もも肉の野菜蒸し ぽん酢添え 茄子の田楽 ブロッコリーのおかか和え すまし汁
	エネルギー 481 kcal	エネルギー 444 kcal	エネルギー 614 kcal	エネルギー 412 kcal	エネルギー 411 kcal	エネルギー 664 kcal	エネルギー 560 kcal
計	エネルギー 1541 kcal	エネルギー 1614 kcal	エネルギー 1669 kcal	エネルギー 1514 kcal	エネルギー 1630 kcal	エネルギー 1218 kcal	エネルギー 1629 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

	8月24日(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)
朝食	御飯 豆腐の煮物 エンドウのドレッシング和え 納豆 味噌汁 エネルギー 448 kcal	御飯 炒り卵 青梗菜サラダ 漬物 味噌汁 エネルギー 405 kcal	パン 野菜のチーズ焼き ハッシュドポテト コンソメスープ ヨーグルト エネルギー 424 kcal	麦御飯 とろろ芋 厚焼きたまご オニオンサラダ 味噌汁 エネルギー 413 kcal	パン ツナと野菜の炒め物 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ ヨーグルト エネルギー 394 kcal	御飯 炒り豆腐 ミックスサラダ のり佃煮 味噌汁 エネルギー 434 kcal	御飯 ウィンナーと野菜のソテー エンドウのサラダ ふりかけ 味噌汁 エネルギー 426 kcal
	☆おすすめメニュー☆ 真あじと夏野菜の 甘酢あんかけ 冬瓜のそぼろ煮 オクラの茗荷和え 御飯 味噌汁 フルーツ エネルギー 521 kcal	御飯 粗挽ビーフの メンチカツ ひじきの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 フルーツ エネルギー 669 kcal	焼きそば しゅうまい ザーサイ和え 中華スープ フルーツゼリー エネルギー 672 kcal	御飯 鯖の味噌煮 竹輪の甘辛炒め 大根のゆかり和え すまし汁 ヨーグルト エネルギー 586 kcal	御飯 鱈の粕漬け焼き 五目大豆 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ エネルギー 480 kcal	チキンカレー クリームコロッケ ハムサラダ コンソメスープ フルーツ エネルギー 662 kcal	御飯 白身魚の 揚げおろし煮 青梗菜の煮浸し 白菜のおかか和え 味噌汁 フルーツゼリー エネルギー 551 kcal
おやつ	卵ケーキ エネルギー 55 kcal	水ようかん(抹茶) エネルギー 76 kcal	チョコプリン エネルギー 19 kcal	カステラドーナツ エネルギー 113 kcal	マロンワッフル エネルギー 59 kcal	ゆずまんじゅう エネルギー 65 kcal	黒糖ケーキ エネルギー 70 kcal
夕食	御飯 豚しゃぶ 焙煎胡麻だれ 金平ごぼう 白菜の柚子和え 味噌汁 エネルギー 535 kcal	御飯 鰯のみりん焼き 切り昆布の煮物 煮豆 味噌汁 エネルギー 591 kcal	御飯 豚肉の生姜焼き 玉子豆腐 ポテトサラダ 味噌汁 エネルギー 609 kcal	ライス 鶏もも肉の バルサミコソース 野菜のトマト煮 グラッセ ベジタブルスープ エネルギー 595 kcal	御飯 和風おろしハンバーグ 野菜の焼き浸し 漬物二種 味噌汁 エネルギー 537 kcal	御飯 赤魚の磯辺焼き さつま芋の甘煮 なます 味噌汁 エネルギー 533 kcal	ライス 豚肉の ハニーマスタード焼き グリル野菜 マリネサラダ コーンチャウダー エネルギー 641 kcal
	計	エネルギー 1559 kcal	エネルギー 1741 kcal	エネルギー 1724 kcal	エネルギー 1707 kcal	エネルギー 1470 kcal	エネルギー 1694 kcal

*都合により献立を変更することがあります。



Weekly Menu

8月



おすすめ



ヘルシー



お肉の日



お魚の日



ご当地



SDGs

	8月31日(日)	9月1日(月)	9月2日(火)	9月3日(水)	9月4日(木)	9月5日(金)	9月6日(土)
朝食	御飯 小町麩の卵とじ 蓮根金平 納豆 味噌汁 エネルギー 469 kcal						
	御飯 鯖の塩焼き がんもの煮物 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁 ヨーグルト エネルギー 604 kcal						
おやつ	バニラブッセ エネルギー 40 kcal						
夕食	御飯 豚肉の葱味噌焼き 切干大根の煮物 小松菜のお浸し すまし汁 エネルギー 560 kcal						
	計 エネルギー 1673 kcal						

*都合により献立を変更することがあります。