



8月 献立表



2026年
サニーステージ玉川学園

	8月30日(日)	8月31日(月)					8月1日(土)
朝食	チーズ入りスクランブルエッグ コーンサラダ コンソメスープ パン 牛乳	かれいのみりん焼 菜の花の辛子和え 漬物 ミックスジュース なめし御飯 みそ汁					梅菜めし雑炊 じゃが芋の旨煮 大根のしそ和え 牛乳
昼食	 おにぎりランチ プレート	豚肉の生姜焼き 炊合せ フルーツ 御飯 みそ汁					スパニッシュオムレツ マカロニソテー イタリアンサラダ バターライス スープ
おやつ	吹雪饅頭	羊羹					冷やしおしるこ
夕食	肉じゃが 小松菜と油揚げのじゃこ炒め ごま酢和え 御飯 みそ汁	鶏肉とがんもの煮物おろし添え なすの香味和え ブロッコリーのマヨ和え 御飯 みそ汁					豆腐と根菜の和風煮 はんぺんの磯辺揚げ いんげんのごまマヨ和え 御飯 みそ汁
	8月2日(日)	8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)
朝食	ロールパンサンド 野菜と玉子のソテー コンソメスープ 牛乳	がんもの煮付 ほうれん草のおぼろ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	つみれと野菜の煮物 カリフラワーと人参のサラダ のり佃煮 牛乳 御飯 みそ汁	竹輪と野菜の煮物 菜の花のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	フィッシュソーセージソテー 花野菜サラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	目玉焼 菜の花のくるみと和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	かに風味雑炊 大根のそぼろ煮 キャベツの辛子と和え 牛乳
昼食	赤魚の山椒焼 さつま揚げの煮物 蓮根とわかめの酢の物 御飯 みそ汁	油淋鶏 (クーリンチー) 大根の中華煮 春雨のサラダ 御飯 中華スープ	豚肉と茄子のスタミナ炒め 生揚げと野菜の五目煮 春菊の和え物 御飯 みそ汁	豚カツ 切干大根の煮物 ごぼうサラダ 御飯 みそ汁	ツナトマトスパゲティ エッグサラダ フルーツ コンソメスープ	チキンカレー 海草サラダ コンポート スープ	白身魚のゆかり揚げ さつま揚げと小松菜の煮びたし フルーツ 御飯 みそ汁
おやつ	シュークリーム	牛乳寒天	ずいか割り	味噌饅頭	クリームパン	ココアパンブディング	抹茶小豆蒸しパン
夕食	ちくさ焼 ピーマンとなすの煮びたし さっぱり冷奴 御飯 みそ汁	さばの味噌煮 野菜炒め ごま豆腐 御飯 すまし汁	鶏の照り焼き かぼちゃの含め煮 キャベツとみょうがの甘酢和え 御飯 みそ汁	豆腐の旨煮 ホタテ風味フライ わかめサラダもやしのおかか和え 御飯 みそ汁	鶏肉の治部煮 金平ごぼう もやしのおかか和え 御飯 みそ汁	夏野菜と豚肉の味噌炒め 冷奴 なめたけ和え 御飯 かき玉汁	牛肉ときこの炒め煮 さつまいもサラダ 酢の物 御飯 みそ汁
	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
朝食	ベーコンエッグ スパゲティサラダ コンソメスープ パン 牛乳	生揚げの土佐煮 菜の花のごま和え 漬物 ミックスジュース わかめ御飯 みそ汁	チーズリゾット スクランブルエッグ かぼちゃサラダ ジュース	巣ごもり卵 白菜のお浸し 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	さばの塩焼 青菜のお浸し ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	がんもの煮物 納豆 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	にら玉雑炊 大根の味噌煮 菜の花のくるみと和え 牛乳
昼食	豚肉の生姜炒め かぼちゃのしらす煮 ほうれん草のごまマヨネーズ和え 御飯 みそ汁	白身魚の味噌チーズ焼き じゃが芋のそぼろあん 竹輪とオクラの和え物 とうもろこし御飯 すまし汁	照り焼きハンバーグ ジャーマンポテト 春雨サラダ 御飯 みそ汁	ドライカレー さつまいも入りポテトサラダ フルーツ スープ	そうめん かき揚げ 胡瓜の酢味噌和え フルーツゼリー	オムライス スパゲティサラダ フルーツ きのこスープ	五目チャーハン えびのチリソース風炒め 枝豆の中華サラダ 漬物 中華スープ
おやつ	抹茶ゼリー	白玉ずんだ	トマトゼリー	あんぱん	きなこプリン 黒みつかけ	黒糖饅頭	水まんじゅう
夕食	松風焼 焼豆腐と野菜の煮物 昆布豆 御飯 みそ汁	クリーミーコロッケ ひじき炒め煮 チンゲン菜と白菜の塩昆布和え 御飯 みそ汁	親子煮 とうがんの田楽 いんげんのわびマヨネーズ和え 御飯 すまし汁	茹で豚と野菜のポン酢かけ ツナじゃが 浅漬 御飯 みそ汁	鶏肉の黒酢あん かぼちゃのいとこ煮 オクラのおろし和え 御飯 みそ汁	赤魚の煮付 豆腐の生姜あんかけ 酢の物 御飯 みそ汁	炒り鶏 さつまいものレモン煮 キャベツとかにかまのお浸し 御飯 みそ汁
	8月16日(日)	8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	8月22日(土)
朝食	フレンチトースト ベーコンとほうれん草のソテー マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳	目玉焼 菜の花の和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	ほうれん草と生揚げのじゃこ炒め 白菜のお浸し たいみそ ジュース 御飯 みそ汁	キャベツのそぼろ炒め カリフラワーと人参のサラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	豆腐ステーキ そぼろあんかけ ほうれん草のお浸し ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	はんぺんと野菜の煮物 チンゲンサイのお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	しらす雑炊 大根のそぼろ煮 もやしのおかか和え 牛乳
昼食	鶏肉のさっぱりみぞれかけ 揚げじゃがのさと煮 ごま豆腐 枝豆ご飯 みそ汁	中華丼 二色シューマイ 海草サラダ 漬物 スープ	チキン南蛮 切り昆布の煮物 パナナムース 御飯 みそ汁	ちらし寿司 がんもとなすの煮物 青梗菜のなめたけ和え フルーツ みそ汁	たぬきうどん チーズはんぺんフライ にんじんサラダ りんごのコンポート	白身魚の蒲焼 茶碗蒸し きゅうりとみょうがの浅漬 炊込み御飯 みそ汁	鶏肉の香味焼 葱ソースかけ 高野豆腐の玉子とじ 冷しとろろ 麦飯 みそ汁
おやつ	フルーツ寒天	あんみつ	チョコパン	レモンポンジケーキ	コーヒゼリー	水ようかん	紅茶ケーキ
夕食	白身魚の磯マヨネーズ焼 がんもの煮物 昆布豆 御飯 みそ汁	豚肉と小松菜の山椒炒め 冬瓜のかに風味あんかけ いんげんのピーナッツ和え 御飯 みそ汁	五目豆腐 春巻 しょうが和え 御飯 みそ汁	かに玉風 ビーフソテー 中華サラダ 御飯 中華スープ	あじのごまだれ焼 野菜の炊合せ 酢の物 御飯 みそ汁	鶏肉の味噌炒め 竹輪の磯辺揚げ カリフラワーのさっぱり和え 御飯 すまし汁	とうがんと豚肉の中華煮 甘酢肉団子 春雨和え 御飯 中華スープ
	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)
朝食	ウィンナーのケチャップ炒め さつま芋サラダ パン スープ 牛乳	ポパイエッグ キャベツとツナの和え物 佃煮 ミックスジュース 御飯 みそ汁	トマトリゾット スクランブルエッグ スパゲティサラダ ジュース	サワラのつけ焼 ほうれん草のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	生揚げと野菜の煮物 花野菜サラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	炒り豆腐 ピーナッツ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	中華雑炊 冬瓜と油揚げの煮物 チンゲンサイのなめたけ和え 牛乳
昼食	 納涼祭 山形名物 冷やし うどん おやつ 綿あめ	白身魚の味噌マヨ焼 さつまいもと刻昆布の煮物 いんげんのかきみと和え 御飯 すまし汁	烏天 切干大根の煮物 青菜の辛子と和え 御飯 みそ汁	麻婆豆腐 点心 ナムル 御飯 わかめスープ	冷やし山菜ととろろそば コロッケ 枝豆腐 フルーツ	ボークカレー グリーンサラダ バナナヨーグルト コンソメスープ	チキンピカタ 青菜とエリンギのソテー フルーツ ピラフ コンソメスープ
おやつ		酒饅頭	マンゴープリン	あんぱん	はちみつレモンゼリー	スイートポテト	チョコレートババロア
夕食	肉豆腐 ちくわのカレー風味天ぷら 三色なます 御飯 みそ汁	鶏肉となすのやわらか煮 笹かまぼこ オクラのおろし和え 御飯 みそ汁	豚肉の生姜焼き 里芋と厚揚げの白煮 煮豆 御飯 みそ汁	牛肉のしぐれ煮 なすの田楽 キャベツのみょうが和え 御飯 すまし汁	あじの塩焼 車麩のそぼろ煮 酢の物 御飯 みそ汁	擬製豆腐あんかけ 筑前煮 浅漬 御飯 みそ汁	ロールキャベツのトマト煮 もやしのカレーソテー 大根とかにかまのマヨネーズ和え 御飯 スープ

※献立が一部変更になることがございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。