

8月 献立表

2025年08月01日 (金)
~2025年08月07日(木)



日付	朝食	昼食	夕食	成分値（一日計）
08/01 (金)	むぎ 麦ごはん いとう 炒り豆腐 あじつ 味付けのり ふ 麴の味噌汁 みそしる ショア（ストロベリー） 	むぎ 麦ごはん ポトフ にんじん 人参しりしり キャベツとハムの味噌和え あえ バナナ1/3 	むぎ 麦ごはん さばの幽庵焼き ゆうあんや 肉じゃが風 にく オクラのマヨ和え あえ しめじの味噌汁 みそしる 	エネルギー 1945 kcal
	485kcal	704kcal	765kcal	
08/02 (土)	むぎ 麦ごはん いと 糸こぶ煮 に 胡麻ドレ和え ごま ふりかけ あえ 味噌汁 みそしる	むぎ 麦ごはん アジのハニーマスタードソース いも さつま芋の柚子煮 ゆず 和え物 あ 味噌汁 みそしる 揚げと豚バラの煮物 ふた にもの	むぎ 麦ごはん 豆腐のふわふわあんかけ とうふ はんぺんと椎茸の炒め煮 しいたけ いた マヨ和え あ 味噌汁 みそしる	エネルギー 1950 kcal
	406kcal	874kcal	670kcal	
08/03 (日)	むぎ 麦ごはん ミニハンバーグ サウザンドレ和え あえ スープ	むぎ 麦ごはん ふたにく 豚肉と野菜の塩炒め やさい しおいた なす 茄子の生姜煮 しょうが ポン酢和え すあ 味噌汁 みそしる おしるこ	むぎ 麦ごはん とり 鶏の胡麻焼き ごまや 白菜の味噌かけ はくさい みそ うめにくあ 梅肉和え うめ 味噌汁 みそしる	エネルギー 1954 kcal
	412kcal	825kcal	717kcal	
08/04 (月)	むぎ 麦ごはん さけ 鮭の塩焼き しおや くろまめ 黒豆 ま 巻き麴の味噌汁 ふ みそしる ショア（プレーン） 	むぎ 麦ごはん にこみ 煮込みハンバーグ に ブロッコリーのコンソメ煮 ブロッコリー もやしの大葉和え おおばあ わかめの味噌汁 みそしる	や 焼きうどん なす 茄子とがんもの煮物 にもの ポテトサラダ カルピスゼリー 	エネルギー 1925 kcal
	592kcal	620kcal	713kcal	
08/05 (火)	むぎ 麦ごはん スラップルエッグ みかんの缶詰 かんづめ セロリーのスープ まめびよ(ココア)	むぎ 麦ごはん しろみさかな 白身魚フライ にもの かぼちゃの煮物 かぼちゃ きぬ 絹さやとささ身の辛子和え み からしあ バナナ	むぎ 麦ごはん や すき焼き風煮 ふう いんげんのコーソテー いんげん きゅうり 胡瓜とみょうがの酢の物 す もの とうがん 冬瓜の味噌汁 みそしる	エネルギー 1993 kcal
	522kcal	732kcal	739kcal	
08/06 (水)	むぎ 麦ごはん ししゃものあんかけ ふりかけ だいこん 大根の味噌汁 みそしる ショア（ストロベリー） 	おやこどん 親子丼 ふきの山椒炒め さんしょういた さつまいものサラダ さつまいも はなふ 花麴の吸い物 す もの 	むぎ 麦ごはん ふたにく 豚肉のトマト煮 に パプリカのチーズ焼き や こまつな 小松菜のごま和え あ マンゴー 	エネルギー 1926 kcal
	479kcal	800kcal	647kcal	
08/07 (木)	むぎ 麦ごはん れんこんの煮物 にもの つけもの 漬物 たま 玉ねぎの味噌汁 みそしる き 気になる野菜 やさい	むぎ 麦ごはん かれのい かれの煮付け につけ きりぼしだいこん にもの 切干大根の煮物 きりぼし スラップ えんどうのマヨ和え あ パイン	むぎ 麦ごはん とりにく 鶏肉のスパイパン粉焼き こや ウインナー&豆腐ナゲット とうふ カリフラワーのドレッシング和え あ かぼちゃ 南瓜の味噌汁 みそしる 	エネルギー 1983 kcal
	483kcal	642kcal	858kcal	



日付	朝食	昼食	夕食	成分値（一日計）
08/08 (金)	むぎ 麦ごはん はんぺんのしょうがいた さくら漬け ふみそ汁 ショア（プレーン）	めんたい 明太ポテトロール フレンチトースト ブロッコリーのガーパソ粉焼き トマトのサラダ オニオンスープ 	むぎ 麦ごはん あつあげてや 厚揚げの照り焼き クリームコロッケ キャベツのしおこんぶ和え キウイフルーツ	エネルギー 1956kcal
	501kcal	707kcal	748kcal	
08/09 (土)	むぎ 麦ごはん だんごにもの エビ団子の煮物 イタリアンドレあえ つけもの 漬物 みそ汁 味噌汁	むぎ 麦ごはん ぶたにく 豚肉とピーマンの味噌炒め ひじきのに ごぼうサラダ みそ汁 味噌汁	なすのかばやきどん なすの蒲焼丼 ひとくち 一口がんもの煮物 わふう 和風ドレあえ みそ汁 味噌汁 ミルクチョコプリン	エネルギー 1950kcal
	447kcal	670kcal	833kcal	
08/10 (日)	むぎ 麦ごはん スクランブルエッグ フレンチドレあえ スープ	むぎ 麦ごはん すきやきふう たまねぎにひた 玉ねぎの煮浸し あえもの 和え物 みそ汁 味噌汁 そうめんのてんあえ	むぎ 麦ごはん スタミナ焼き ごもくにまめ 五目煮豆 おかかあえ みそ汁 味噌汁 ぎゅうにく 牛肉コロッケ	エネルギー 1958kcal
	440kcal	827kcal	691kcal	
08/11 (月)	むぎ 麦ごはん こうやとうふにもの 高野豆腐煮物 おうとう 黄桃 しめじのみそ汁 ショア（ストロベリー）	むぎ 麦ごはん みそ 味噌カツ とうがん 冬瓜のそぼろあんかけ トマトとアスパラのうめ 梅ドレサラダ ミルク寒天 	てんつはん 天津飯 いた ビーフン炒め あ もやしのツナ和え ちんげんさいちゅうか 菜の中華スープ	エネルギー 1949kcal
	503kcal	790kcal	656kcal	
08/12 (火)	むぎ 麦ごはん だんごにもの いか団子の煮物 ほうれん草ピ-ナッツ粉あえ さいもみそ汁 里芋の味噌汁 ぎゅうにゅう 牛乳 	むぎ 麦ごはん ちんじやおうーすー 青椒肉絲 はくさいにもの 白菜の煮物 はるさめあもの 春雨の和え物 パイン 	むぎ 麦ごはん あかさかなにつけ 赤魚の煮付け かぼちゃコロッケ  こんにゃくのしらあ 白和え わかめのすまし汁	エネルギー 2058kcal
	583kcal	793kcal	682kcal	
08/13 (水)	むぎ 麦ごはん いたもの ウイナーの炒め物 もずく にんじんみそ汁 人参の味噌汁 ショア（プレーン）	むぎ 麦ごはん スパニッシュオムレツ こまつな 小松菜のホ-ブ油炒め にんじん 人参のレーズンサラダ もものヨーグルトかけ 	むぎ 麦ごはん ぶたにくしょうがいた 豚肉の生姜炒め だいこんにもの 大根の煮物 ゴーヤサラダ  てん 天かすの味噌汁	エネルギー 1889kcal
	535kcal	699kcal	655kcal	
08/14 (木)	むぎ 麦ごはん しおや ホッケの塩焼き うめぼ 梅干し こまつなみそ汁 小松菜の味噌汁 きになる野菜 	クリーム-フア-ゲティー(えび) スナップエンドウのソテー おんやさい 温野菜のサラダ フルーツポンチ 	むぎ 麦ごはん あとうふにくみそ 揚げ豆腐の肉味噌かけ  なす 茄子の煮物 きゅうり 胡瓜とわかめの酢のもの とうがん 冬瓜の吸い物	エネルギー 2053kcal
	476kcal	796kcal	781kcal	



日付	朝食	昼食	夕食	成分値（一日計）
08/15 （金）	むぎ 麦ごはん たまねぎ たまご 玉ねぎの卵とし りんご みそしる 麴の味噌汁 ショア（ストロベリー） 	むぎ 麦ごはん とりく 鶏肉のチリソース炒め む 蒸ししゅうまい しゅんぎく ひた 春菊のお浸し 春雨スープ 	むぎ 麦ごはん さば 鯖のおろし煮 さといも 里芋とイカの煮物 キャベツとかにかまのマヨ和え バナナ1/3 	エネルギー 1942 kcal
	524kcal	685kcal	733kcal	
08/16 （土）	むぎ 麦ごはん 厚揚げの煮物 ピーナッツ和え 漬物 みそしる 味噌汁	むぎ 麦ごはん せあぶらま こ 背脂混ぜ込みごはん からあげ あまからしょうゆ 唐揚げの甘辛醤油 いと に 糸こぶ煮 なめだけ和え みそしる 味噌汁	むぎ 麦ごはん まいぼーなす 麻婆茄子 ピーフン いた ピーフン炒め ごま あ 胡麻ドレ和え スープ	エネルギー 1956 kcal
	436kcal	900kcal	620kcal	
08/17 （日）	むぎ 麦ごはん かぶとパ -ソのソッメ煮 マヨ和え スープ	むぎ 麦ごはん あじさんが焼き フライ ごま和え みそしる 味噌汁 ミルクチョコプリン	むぎ 麦ごはん とり やくみしょうゆ 鶏の薬味醤油焼き ブロッコリーのかにあんかけ イタリアンドレ和え みそしる 味噌汁	エネルギー 1953 kcal
	465kcal	788kcal	700kcal	
08/18 （月）	むぎ 麦ごはん ミートオムレツ 金時豆 じゃが芋の味噌汁 みそしる ショア（プレーン） 	むぎ 麦ごはん 鶏肉の蜂蜜照り焼き まめ みそいた そら豆の味噌炒め はくさい あ もの 白菜の和え物 麴の吸い物 	むぎ 麦ごはん メンチカツ アスパラのレモンソテー かいそう 海藻サラダ(カニ) おうとう 黄桃	エネルギー 2004 kcal
	596kcal	618kcal	790kcal	
08/19 （火）	むぎ 麦ごはん がんもどきの煮物 アヲいちご なすの味噌汁 き やさい 気になる野菜 柿のツクリ&白ブドウ 	ひ 冷やし中華 あ ぎょうざ 揚げ餃子 こまつな あ 小松菜のピーナツ和え マンゴー	た こ 炊き込みごはん ますの塩焼き しおや ますの塩焼き ちやわんむ 茶碗蒸し オクラのごま和え りんごゼリー	エネルギー 1939 kcal
	590kcal	662kcal	669kcal	
08/20 （水）	むぎ 麦ごはん マカニのリテー ぶどう かぼちゃ みそしる 南瓜の味噌汁 ショア（ストロベリー） 	むぎ 麦ごはん さけ こや 鮭のパン粉焼き あぶらあ にもの ひじきと油揚げの煮物 キノコのマリネ コーンスープ（パセリ）	むぎ 麦ごはん まいぼーどうふ 麻婆豆腐 さつま芋のレモン煮 もやしのアヲザン 和え キウイフルーツ 	エネルギー 1922 kcal
	587kcal	619kcal	716kcal	
08/21 （木）	むぎ 麦ごはん い たまご 炒り卵 なめこおろし きぬ あ みそしる 絹さやと揚げの味噌汁 コーヒー牛乳	おにぎり（ゆかり） この や お好み焼き にんじん や 人参のバター焼き きゅうり たくあんあ 胡瓜の沢庵和え パイン 	むぎ 麦ごはん さかな 魚のムニエル れんこん にもの 蓮根の煮物 キャベツのサラダ ねぎ てん 葱と天かすの味噌汁 	エネルギー 1921 kcal
	547kcal	638kcal	736kcal	



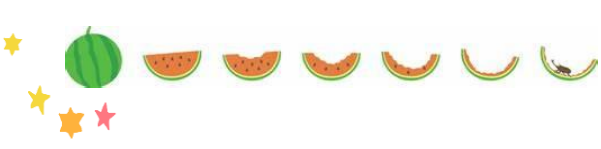
日付	朝食	昼食	夕食	成分値（一日計）
08/22 （金）	むぎ 麦ごはん いかのソテー のりつくだに 海苔の佃煮 かまぼこの味噌汁 ジョア（プレーン）	ポークカレー なす 茄子のしょうが炒め だいず 大豆サラダ りんご	むぎ 麦ごはん にくだんごすぶたふう 肉団子の酢豚風 ズッキーニのバジルソテー ほうれん草のひたし わかめの味噌汁	エネルギー 2045 kcal
	517kcal	867kcal	661kcal	
08/23 （土）	むぎ 麦ごはん なのはなあぶらあげに 菜の花と油揚げのさっと煮 ばいにくあ 梅肉和え つけもの 漬物 味噌汁	むぎ 麦ごはん だんご エビ団子の甘酢中華あんかけ か二焼売 さといも 里芋サラダ 味噌汁 そうめんのてんかす和え	むぎ 麦ごはん にくどうふ 肉豆腐 ワッフルさつまあげ ナムル 味噌汁	エネルギー 1951 kcal
	398kcal	973kcal	580kcal	
08/24 （日）	むぎ 麦ごはん オムレツ 胡麻クリーミー和え ミネストローネ	せあがままこ 背脂混ぜ込みごはん とり 鶏のさっぱり煮 ピーマンしらすの炒め物 ピーナッツ和え 味噌汁	むぎ 麦ごはん ホキのいそや 磯焼き だいこんにもの 大根の煮物 しらあ 白和え 味噌汁 はるま 春巻き1/2	エネルギー 1959 kcal
	445kcal	961kcal	553kcal	
08/25 （月）	むぎ 麦ごはん ソーセージのソテー なっとう 納豆 もやし味噌汁 ジョア（ストロベリー）	むぎ 麦ごはん とりにく 鶏肉のチーズパソ粉焼き れんこん 蓮根のガーリックソテー トマトたまねぎのサラダ カルピスゼリー	むぎ 麦ごはん さかな 魚のおろし煮 なす なすの味噌炒め こまつな 小松菜の和え物 わかめすもの 吸い物	エネルギー 1952 kcal
	543kcal	808kcal	601kcal	
08/26 （火）	むぎ 麦ごはん あつあげ 厚揚げの煮物 フルーツ缶詰 じゃが芋味噌汁 まめびよ	むぎ 麦ごはん えび 海老フライ かぼちゃ 南瓜のそぼろ煮 カリフラワーのゆかり和え マンゴー	むぎ 麦ごはん 豚肉と白菜の中華クリーム煮 大根とツナの煮物 チンゲン菜のザーサイ和え 麩味噌汁	エネルギー 1961 kcal
	520kcal	820kcal	607kcal	
08/27 （水）	むぎ 麦ごはん あさりのたまご しば漬け わかめの味噌汁 ジョア（プレーン）	ロールパン ビーフシチュー かみおばこやき かみおばの大葉パソ粉焼き レタスとハムのサラダ セロリーのスープ	むぎ 麦ごはん どうふ 豆腐の五目あんかけ（エビ入り） こんにやくの金平 いんげんゴママヨ和え バナナ1/3	エネルギー 2026 kcal
	528kcal	851kcal	647kcal	
08/28 （木）	むぎ 麦ごはん しのだまにもの 信田巻の煮物 ごもくまめ 五目豆 はくさい 白菜の味噌汁 のやさい 飲む野菜と果実	むぎ 麦ごはん さば 鯖のねぎみそ煮 きざこんぶちくわいたに 刻み昆布と竹輪の炒め煮 きゅうりのうめ 梅サラダ 豆腐すもの 吸い物	かいせんや 海鮮焼きそば（エビ入り） とりにくからあ 鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ すいか	エネルギー 1906 kcal
	518kcal	660kcal	728kcal	

8月

献立表

2025年08月29日（金）

～2025年08月31日（日）



日付	朝食	昼食	夕食	成分値（一日計）
08/29 （金）	むぎ 麦ごはん なまふ、にもの 生麴の煮物 はりはり漬け えのきの味噌汁 ショア（ストロベリー）	むぎ 麦ごはん あつあ、しょうがに 厚揚げとご-ヤのきり炒め とうがん、にもの 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ と、たまごちゅうか 溶き卵中華スープ	むぎ 麦ごはん さわら、て、や 鰯の照り焼き さいも、にもの 里芋のハ-コンソテー ブ、ロココ-の塩昆布和え バナナ 1/3	エネルギー 1907kcal
	524kcal	690kcal	693kcal	
08/30 （土）	むぎ 麦ごはん とうふ 豆腐とツナのチャンプルー ポン酢和え うぐいす豆 みそしる 味噌汁	むぎめし わかめ麦飯 しょうがに バサの生姜煮 さいも、にもの さつま芋の煮物 ごま、いも、にもの 胡麻クリーミー和え みそしる 味噌汁 あ、や 揚げたこ焼き	むぎ 麦ごはん とり 鶏のガーリック焼 チンゲン、さいい チンゲン菜のごま塩炒め まっくろくろすけサラダ みそしる 味噌汁 マカロニサラダ	エネルギー 1999 kcal
	438kcal	634kcal	927kcal	
08/31 （日）	むぎ 麦ごはん ジャーマンポテト イタリアンドレ和え スープ	むぎ 麦ごはん にく、だんご、あまず 肉団子の甘酢あんかけ いと、はんぺい、あまからいた 糸こんにと半平の甘辛炒め ゆず、こうあ 柚子香和え みそしる 味噌汁 ハッシュドポテト1/2	むぎ 麦ごはん かに、たまふう かに玉風 はるま、す 春巻き もずく酢 スープ おしるこ	エネルギー 1953 kcal
	442kcal	689kcal	822kcal	

