

予定献立一覧表											
常食			2025年8月1日(金) ～ 2025年8月31日(日)								
	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)	
朝	御飯 五目厚焼き玉子 野菜のごま和え 味噌汁(タイ・油) 牛乳200ml	パン ウイナーボトフ風 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 ハムと野菜の炒め物 納豆 味噌汁(わかめ・揚) 牛乳200ml	御飯 鰯バーグ 大根とツタの和え物 味噌汁(サ・サ) 牛乳200ml	パン 鶏団子と野菜のクリーム煮 フルーツ(バナナ) 牛乳200ml	御飯 赤魚の粕漬け焼き 白菜のくるみ和え 味噌汁(油・玉) 牛乳200ml	パン えびグラタン たまごサラダ コンソメスープ(マ・タ) 牛乳200ml	御飯 カレイの生姜醤油焼き オクラと山芋の和え物 味噌汁(玉・まい) 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ 温野菜サラダ パンプキンスープ 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 小松菜のお浸し 味噌汁(キャベツ・揚) 牛乳200ml	
昼	ゆかりごはん 鶏肉のバターソテー キャベツとツタのサラダ フルーツゼリー わかめスープ	御飯 鯖の梅シ風味焼き 金平ごぼう 冷奴 山形だしのせ 味噌汁(しめじ・玉)	御飯 夏野菜と牛肉の炒め じゃが芋の煮物 フルーツ(マンゴー) かき玉汁	御飯 鶏肉と卵の親子煮 蓮根きんぴら 大根の甘酢生姜和え 清汁(菜・麴)	温玉キーマカレー 大根サラダ ピーチミックスゼリー	御飯 鯖のバター醤油焼き キャベツとひき肉の炒め 浅漬け(かぶ・葱) 味噌汁(かぼ・玉)	さつまいもご飯 鶏肉とマッシュルームのトマト煮 長芋とウリの梅昆布和え フルーツ(すいか) 味噌汁(さと・しめ)	御飯 スパニッシュオムレツ アボカドサラダ フルーツ(洋梨缶) 豆乳スープ	牛丼 大根と帆立の和え物 いちごミックスゼリー 味噌汁(揚げ・白)	御飯 豚肉の甘辛炒め煮 さつま揚げの煮物 長芋の梅和え 清汁(マイタゲ・ミツ)	
間	ばななカステラ	チョコレートババロア	プチシュー	水まんじゅう	アイス	プチケーキ(カ・シ)	カステラ(蜂蜜)	どら焼き	クレープ(バナナ)	焼きチョコドーナツ	
夕	御飯 牛肉の柳川風 なすの揚げ浸し 小松菜のピーナツ和え 味噌汁(かぼ・えの)	御飯 回鍋肉 炒めと青菜のナムル 杏仁豆腐 ワンタンスープ	御飯 ムツの磯風味焼き がんもの煮物 ほうれん草のごま和え 味噌汁(さつま・玉)	御飯 蒸し豚の梅たれかけ 青梗菜とエビの炒め物 トマトのおろし和え 味噌汁(かぼ・白)	御飯 海鮮炒め 冬瓜の煮物 野菜の味噌マヨ和え 清汁(豆腐・葱)	御飯 牛肉のオイスター炒め 里芋の煮物 枝豆の白和え 味噌汁(サ・麴)	御飯 鯖の粕漬け焼き 高野豆腐の煮物 れんこんのたらこ和え 味噌汁(大根・菜)	御飯 豚肉のニラ炒め ほうれん草焼売 春雨サラダ 中華スープ(青・ネ)	御飯 鯖の山椒焼き こふき芋 いろいろな豆の和え物 味噌汁(サ・サ)	御飯 鯿の南蛮漬け 大根の炒め物 ささみインゲンマ和え 味噌汁(サ・サ)	
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	
朝	御飯 玉子焼き チンゲン菜の和え物 味噌汁(ジャガ・葱) 牛乳200ml	パン えびのクリーム煮 かぼちゃサラダ 牛乳200ml	御飯 鮭バーグ いんげんのピーナツ和え 味噌汁(キャベ・しめ) 牛乳200ml	パン 大豆とベーコンのトマト煮 フルーツ(カリン) 乳酸菌ウォーター 牛乳200ml	御飯 いわしのかつお煮 白菜の煮浸し 味噌汁(かぼ・玉) 牛乳200ml	パン 鶏団子のクリーム煮 たまごサラダ 牛乳200ml	御飯 鮭のみりん醤油焼き 青菜のなめたけ和え 味噌汁(揚げ・サ) 牛乳200ml	御飯 目玉焼き 昆布と大豆の煮物 味噌汁(にら・もや) 牛乳200ml	パン ウイナーとじゃがソテー フルーツ(白桃缶) パンプキンスープ 牛乳200ml	御飯 ハムと野菜の炒め 二色なます 味噌汁(じゃが・葱) 牛乳200ml	
昼	御飯 麻婆茄子 かぼちゃ焼売 野菜ナムル 中華コーンスープ	御飯 カレイのてり焼き 南瓜の鶏そぼろかけ 三色豆 味噌汁(さつま・玉)	御飯 ハンバーグトマトソースかけ じゃこサラダ フルーツ(ぶどう缶) マカロニスープ	菜めし 鶏肉の甘辛炒め 厚揚げの煮物 モロヘイヤのお浸し 味噌汁(玉・シ)	御飯 たらこの香草パン粉焼き 野菜とベーコンのトマト煮 フルーツ(黄桃缶) クラムチャウダー	御飯 鯖の西京焼き 卵の花 きのこのボン酢和え 清汁(麴・三つ)	御飯 牛肉のんにく炒め かぼちゃのいとこ煮 とろろ芋 味噌汁(豆腐・なめ)	御飯 ポークカレーライス 大根と水菜のサラダ フルーツ(アップル・マンゴー)	御飯 鯖の梅風味焼き エビ団子の煮物 長芋の昆布和え 味噌汁(揚げ・玉)	わかめごはん 赤魚の幽庵焼き れんこん金平 フルーツ(バナナ) 豚汁	
間	おからケーキ	チョコワッフル	レモンケーキ	カステラ(黒糖)	クレープ(ヨーグルト)	バウムクーヘン	プチケーキ	おかき	ようかん	マドレーヌ	
夕	御飯 鯖の塩焼き 肉じゃが 豚 小松菜なめたけ和え 味噌汁(オクラ・豆腐)	御飯 鶏肉のニラ炒め がんもの煮物 白菜とツタの和え物 清汁(麴・ミツ)	御飯 牛肉とごぼうの炒め物 大根・エビ団子の煮物 浅漬け(キャリ・カ) 味噌汁(油・若布)	御飯 ムツのチーズムニエル 白菜とエリンギのソテー ポテトサラダ コンソメスープ(青梗・コン)	御飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 長芋ゆかり和え 味噌汁(サ・麴)	御飯 牛肉のコンキ風味炒め さつま芋サラダ 野菜の浅漬け 味噌汁(里芋・葱)	御飯 鶏肉の磯焼き じゃが芋のたらこ炒め インゲンのごま和え 清汁(もずく・ミョウガ)	御飯 たらこのタルタル焼き 白菜とベーコンの炒め物 インゲンと帆立の和え物 清汁(豆腐・ねぎ)	御飯 厚揚げと豚肉炒め 里芋の鶏そぼろかけ 小松菜の辛子和え 清汁(みょうが・エ)	御飯 鶏肉の照り焼き なすの揚げ浸し もやしのナムル風 味噌汁(大根・油)	
	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
朝	パン チーズ入りオムレツ マカロニサラダ コンソメスープ(サ・コン) 牛乳200ml	御飯 五目玉子焼き インゲンの柚子風味和え 味噌汁(小松・玉) 牛乳200ml	パン ハムソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(カ・ベジ) 牛乳200ml	御飯 鰯の梅煮 青梗菜の和え物 味噌汁(豆腐・カ) 牛乳200ml	御飯 鰯バーグ 昆布の煮物 味噌汁(里芋・玉) 牛乳200ml	パン かぼちゃグラタン カブのマリネ コーンスープ 牛乳200ml	御飯 鮭の塩焼き ごぼうの和え物 味噌汁(なめこ・葱) 牛乳200ml	パン 肉団子のボトフ風 ポテトサラダ 牛乳200ml	御飯 あじバーグ 青菜の煮浸し 味噌汁(ジャガ・白) 牛乳200ml	パン スクランブルエッグ 白菜のサラダ コンソメスープ(青・コン) 牛乳200ml	御飯 いわしのかつお煮 白菜の煮浸し 味噌汁(オクラ・エ) 牛乳200ml
昼	冷やし中華 海老にら饅頭 みかん杏仁	御飯 冷豚しゃぶの胡麻だれ ピーマンとハムの炒め なすのボン酢かけ 清汁(麴・えのき)	きのこご飯 鮭の西京焼き 厚揚げの鶏そぼろかけ 栗とさつま芋の白和え 清汁(ほうれん・麴)	御飯 豚焼肉炒め 温泉卵 ねばねば和え 具沢山汁	御飯 炊き込み 冬瓜とがんも煮物 れんこんの和え物 味噌汁(ジャガ・葱)	御飯 鯿の梅風味焼き エビの炒め物 チンゲンサイのくるみ 味噌汁(玉・油)	御飯 鶏肉のバター醤油炒め 野菜のトマト煮 ブドウゼリー もずくと豆腐のスープ	梅ちりごはん カレイの塩麹漬け 冬瓜と野菜の煮物 小松菜のピーナツ和え 豚汁	御飯 ごぼうと豚肉の卵とじ 蓮根のきんぴら 三色豆 清汁(はん・青ネギ)	チキンカレーライス ツナサラダ みかんヨーグルト	御飯 肉団子の黒酢煮 魚肉ソーセージのチンゲンサイ カクテルゼリー わかめスープ
間	たい焼き	今川焼き	リングドーナツ	ロールケーキ	きみしぐれ	上用饅頭(白)	いちご蒸しケーキ	レアチーズケーキ	黒糖まんじゅう	ワッフル	ドームケーキ
夕	御飯 豚肉と白菜の塩炒め サツマ芋とリンゴの甘煮 大根のしそ和え 味噌汁(サ・タ)	御飯 鯖の煮付け ブロッコリーの蟹あんかけ 長芋の二杯酢 味噌汁(サ・シ)	御飯 鶏肉のマスタード焼き 切干大根の炒め もやしのごま和え 味噌汁(ダイ・菜)	御飯 カレイの粕漬け じゃが芋の炒め なすのおろし和え 味噌汁(白菜・揚げ)	御飯 鶏肉の生姜風味焼き 高野豆腐の煮物 キャベツの和え物 味噌汁(オクラ・トマト)	御飯 豚肉のオイスター炒め さつま芋とくるみ 大根とオクラのマヨ和え 清汁(麴・ミツ)	御飯 すき焼き風煮込み さつま芋とくるみ 大根の梅しそ和え 清汁(マイタゲ・ミツ)	御飯 野菜と牛肉の炒め 大根とエビの甘煮 枝豆のおろし和え 味噌汁(玉葱・ほう)	御飯 鯿の焼き南蛮漬け 大根とエビ団子の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁(エノ・オクラ)	御飯 鯖の味噌煮 炒りなます ブロッコリー和え物 清汁(豆腐・葱)	御飯 鯖の照り焼き 大豆の五目煮 長芋梅和え 清汁(はんぺん・葱)