



常食(A)

献立表

令和08年07月26日(日)		令和08年07月27日(月)		令和08年07月28日(火)		令和08年07月29日(水)		令和08年07月30日(木)		令和08年07月31日(金)		令和08年08月01日(土)	
朝	米飯	米飯		パン		米飯		米飯		米飯		米飯	
	味噌汁(えのき・白菜)	味噌汁(大根・なめこ)		クリームポタージュ(豆乳)		味噌汁(じゃが芋・ワカメ)		味噌汁(南瓜・しめじ)		味噌汁(大根・大根菜)		味噌汁(さつま芋・貝割大根)	
	卵とじ	納豆		オムレツ		ハンバーグ		さつま揚げとピーマンの炒め煮		しらす納豆		肉焼売	
	コンソメ煮	青梗菜のソテー		チーズサラダ		ツナ炒め		白菜のソテー		カリフラワーのカレー炒め		キャベツの炒め煮	
	ポン酢和え	なすのおかか和え		ジャム		いんげんの和え物		ゆかり和え		小松菜の和え物		お浸し	
	のり佃煮	みかん缶		ジョア		ふりかけ		たいみそ		千切り沢庵		しば漬	
	ヨーグルト	牛乳				ヨーグルト		ジョア		牛乳		ヨーグルト	
昼	米飯	米飯		米飯		冷やしとろろそば		米飯		***土用の丑***		米飯	
	清し汁(とろろ・葱)	味噌汁(里芋・油揚げ)		味噌汁(ほうれん草・葱)		ミニおにぎり		中華スープ		あなご焼き飯		味噌汁(豆腐・葱)	
	ホキの西京焼き風	赤魚のおろし煮		ミートローフ		ハムカツ		回鍋肉		味噌汁(とろろ昆布・貝割大根)		あじのムニエル	
	小松菜の炒め物	ごま和え		野菜ソテー		オレンジ		豆腐サラダ		野菜炒め		じゃが芋のソテー	
	キャベツの和え物	煮物		いんげんの和え物				大根のかにかまあん		ゆず醤油和え		青菜のナムル	
	洋梨缶	赤しその実		黄桃缶				フルーツカクテル缶		りんご缶		バナナ	
15時	ピーチゼリー	カラフルプチケーキ(塩キャラメル)		味噌饅頭		レアチーズムース		バウムクーヘン		マンゴーシャーベット		どら焼き(こしあん)	
夕	コーンご飯	米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		塩ラーメン	
	味噌汁(玉葱・わかめ)	清し汁(豆腐・葉大根)		味噌汁(絹厚・えのき)		味噌汁(麩・貝割大根)		味噌汁(チンゲンサイ・えのき)		味噌汁(高野豆腐・かぼちゃ)		ミニおにぎり	
	おでん	鶏肉の葱味噌焼き		さばの漬け焼き		たらの煮付け		トリテキ		しゃぶしゃぶ おろしのせ		ぎょうざ	
	ほうれん草のソテー	焼きビーフン		大根金平		麻婆春雨		さつまいもの煮物		白菜とかにのくず煮		ごまみそ和え	
	ドレッシング和え	青菜ののり和え		冷奴		切干し大根甘酢和え		和風和え		しその実和え			
	しば漬	胡瓜漬		しそ昆布佃煮		つぼ漬		梅干し		あみ佃煮			
エネルギー	1409kcal	エネルギー	1533kcal	エネルギー	1547kcal	エネルギー	1393kcal	エネルギー	1546kcal	エネルギー	1488kcal	エネルギー	1542kcal
蛋白質	53g	蛋白質	61.9g	蛋白質	59.6g	蛋白質	49.7g	蛋白質	55.1g	蛋白質	58.4g	蛋白質	57.1g
食塩相当	11.1g	食塩相当	7.8g	食塩相当	10g	食塩相当	8.3g	食塩相当	10.3g	食塩相当	9.3g	食塩相当	10.9g





常食(A)

献立表

令和08年08月02日(日)		令和08年08月03日(月)		令和08年08月04日(火)		令和08年08月05日(水)		令和08年08月06日(木)		令和08年08月07日(金)		令和08年08月08日(土)	
朝	米飯	米飯		パン		米飯		米飯		米飯		米飯	
	味噌汁(ほうれん草・葱)	味噌汁(とろろ・キャベツ)		コンソメスープ		味噌汁(小松菜・しめじ)		味噌汁(もやし・揚げ)		味噌汁(ほうれん草・絹厚)		味噌汁(なす・人参)	
	ちくわの甘辛煮	納豆		スクランブルエッグ		がんもの煮物		カニカマ卵とじ		おくら納豆		ミートボール	
	チンゲン菜の炒め物	チンゲン菜の炒め物		サウザン和え		キャベツの炒め煮		ふきの炒め煮		人参の炒り煮		しらす炒め	
	もやしのおかか和え	白菜の沢庵和え		ジャム		ブロッコリーの玉葱和え		ほうれん草のお浸し		おろし酢和え		白菜のもろみ味噌和え	
	ふりかけ	胡瓜漬(赤)		ジョア		梅干し		赤しその実		高菜漬け		千切り沢庵	
	牛乳	ヨーグルト				牛乳		野菜ジュース		ヨーグルト		ジョア	
昼	米飯	米飯		米飯		カレーライス		★日本から揚げ紀行★		七夕そうめん		<夏祭り>	
	味噌汁(白菜・きぬさや)	味噌汁(じゃが芋・きぬさや)		味噌汁(大根・大根葉)		コンソメスープ		米飯		ミニおにぎり		焼きおにぎり	
	鶏肉の薬味ソースがけ	赤魚のホイル蒸し		フライ盛り合わせ		フレンチサラダ		味噌汁(麩・葉大根)		ちくわ磯辺揚げ		石狩汁	
	山菜の炒め煮	大豆とひじきの煮物		里芋の煮物		福神漬		唐揚げ		白桃缶		やきそば	
	白菜の生姜和え	からし和え		チンゲン菜の和え物		バナナ		かぶの煮物				お好み焼き	
	オレンジ	洋梨缶		パイン缶				わかめサラダ				ジンギスカン	
								白花豆				焼き鳥	
												じゃがバター	
15時	レモンケーキ	きみしぐれ		ようかん		かすてら饅頭(ごま)		蒸しチョコパン		抹茶ゼリー		西瓜(1/24)	
												枝豆	
												白玉あんみつ	
夕	米飯	米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		たぬきうどん	
	味噌汁(厚揚げ・わかめ)	味噌汁(インゲン・ひらたけ)		清し汁		味噌汁(高野豆腐・大根葉)		清し汁		味噌汁(さつま芋・ワカメ)		ミニおにぎり	
	白身魚の山椒焼き	豚肉のごま味噌炒め		たらのみそマヨ焼き		豆腐の五目野菜あん		ぶり大根		白身魚のきのこ蒸し		はんぺんチーズ焼き	
	茄子のおろし和え	南瓜の煮物		もやしの中華炒め		いんげんソテー		白菜の肉味噌炒め		ひじきの煮物		ゆず醤油和え	
	ドレッシング和え	お浸し		わさび和え		大根のゆず和え		小松菜のお浸し		いんげんマヨ和え			
	うずら豆	青しその実		三色豆		しば漬け		つぼ漬		昆布佃煮			
エネルギー	1487kcal	エネルギー	1444kcal	エネルギー	1435kcal	エネルギー	1601kcal	エネルギー	1506kcal	エネルギー	1480kcal	エネルギー	3218kcal
	57.5g	蛋白質	59g	蛋白質	49.2g	蛋白質	52.3g	蛋白質	59.3g	蛋白質	52.7g	蛋白質	152.8g
	9.3g	食塩相当	9.3g	食塩相当	7.6g	食塩相当	9.5g	食塩相当	9.2g	食塩相当	9.6g	食塩相当	23.4g

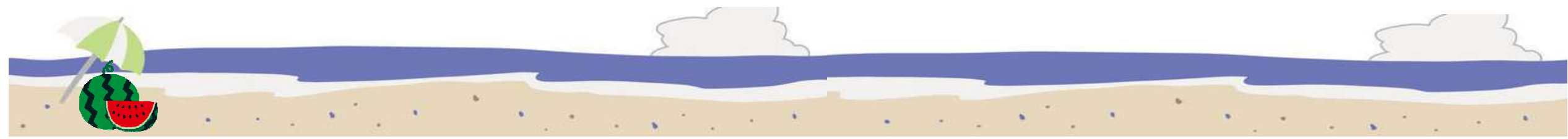




献立表

常食(A)

	令和08年08月09日(日)		令和08年08月10日(月)		令和08年08月11日(火)		令和08年08月12日(水)		令和08年08月13日(木)		令和08年08月14日(金)		令和08年08月15日(土)	
朝	米飯		米飯		パン		米飯		米飯		米飯		米飯	
	味噌汁(白菜・ごぼう)		味噌汁(小松菜・揚げ)		青菜のスープ		味噌汁(高野豆腐・小松菜)		味噌汁(玉葱・えのき)		味噌汁(もやし・貝割大根)		味噌汁(大根・ひらたけ)	
	つみれの煮物		納豆		ボイルウインナー		和風炒り卵		豆腐の煮物		うめ納豆		卵豆腐	
	小松菜のソテー		かぼちやのくず煮		フレンチサラダ		人参の金平		土佐炒め		野菜炒め		切干大根の炒め煮	
	もやしの和え物		白菜のツナ和え		ジャム		白菜のゆかり和え		ピーナッツ和え		大根の和え物		小松菜のゆずみそ和え	
	ふりかけ		みかん缶		ジョア		昆布佃煮		千切沢庵		高菜漬		つぼ漬	
	ヨーグルト		牛乳				ヨーグルト		野菜ジュース		牛乳		ヨーグルト	
昼	米飯		米飯		米飯		冷やし中華		サンドイッチ		旅するランチ～沖縄～		米飯	
	中華スープ		味噌汁(しめじ・キャベツ)		味噌汁(かぼちや・玉葱)		ミニおにぎり		ポトフ風		タコライス		清し汁	
	麻婆豆腐		赤魚のおろしポン酢かけ		チキン南蛮		コロッケ		野菜サラダ		もずくスープ		魚の蒲焼き風	
	ぎょうざ		じゃがいものバター醤油		枝豆コーンソテー		バナナ		フルーツカクテル		かき揚げ		じゃが芋のソテー	
	春雨の和え物		からし和え		ごま和え						うぐいす豆		酢みそ和え	
	白桃缶		しば漬		パイン缶						パイン		りんご缶	
15時	ロールケーキ(いちご)		杏仁ムース		アイス(いちご)		ソフトクレープ(バニラ)		コーヒーゼリー		饅頭		梅ようかん	
夕	米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		なめこおろしそば	
	清し汁		味噌汁(絹厚・インゲン)		味噌汁(里芋・椎茸)		味噌汁(麩・大根葉)		すまし汁(はんぺん・ワカメ)		味噌汁(とろろ昆布・葱)		ミニおにぎり	
	たらの味噌漬け焼き		プルコギ風		ホキの煮付け		鶏肉の梅肉焼き		さばのみそ煮		チキンカツ		かぼちやの天ぷら	
	カリフラワーのコンソメ煮		煮物		ほうれん草のソテー		温野菜のサラダ		茄子の炒め物		里芋のかにかまあん		チンゲン菜の辛子和え	
	キャベツのゴマドレ和え		青じそ和え		青菜の生姜醤油		オクラと大根の和え物		ブロッコリーの和え物		いんげんの胡麻和え			
	梅干し		白花豆		胡瓜漬(赤)		たいみそ		胡瓜漬		赤しその実			
	エネルギー	1456kcal	エネルギー	1547kcal	エネルギー	1347kcal	エネルギー	1638kcal	エネルギー	1568kcal	エネルギー	1503kcal	エネルギー	1472kcal
	蛋白質	58.3g	蛋白質	65.5g	蛋白質	46.5g	蛋白質	54.9g	蛋白質	57.8g	蛋白質	56.8g	蛋白質	47.6g
食塩相当	9.4g	食塩相当	8.8g	食塩相当	8.1g	食塩相当	9.9g	食塩相当	9.2g	食塩相当	8.6g	食塩相当	7.9g	



献立表

常食(A)

	令和08年08月16日(日)	令和08年08月17日(月)	令和08年08月18日(火)	令和08年08月19日(水)	令和08年08月20日(木)	令和08年08月21日(金)	令和08年08月22日(土)
朝	米飯 味噌汁(ホウレン草・キャベツ) 高野豆腐の煮物 もやし炒め おろし酢和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(玉ねぎ・揚げ) 納豆 肉焼売 キャベツの青じそ和え フルーツカクテル 野菜ジュース	パン コンソメスープ(大根・コーン) オムレツ ブロッコリーごまドレ和え ジャム 牛乳	米飯 味噌汁(高野豆腐・ねぎ) がんもの煮物 チンゲン菜のソテー カリフラワーの和え物 梅干し ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 厚焼玉子 キャベツの炒め煮 からし和え たいみそ ジョア	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) おろし納豆 ソテー インゲンのごま和え 千切沢庵 牛乳	米飯 味噌汁(ほうれん草・揚げ) ミートボール レンコン炒め 小松菜の和え物 しそ昆布佃煮 ヨーグルト
昼	米飯 味噌汁(卵・大根葉) トリテキ マカロニサラダ 青菜のドレッシング和え キウイ	米飯 味噌汁(じゃが芋・貝割大根) 赤魚のねぎ塩麴焼き ツナ炒め煮 白菜の和え物 桜だいこん	米飯 中華スープ 肉団子の甘酢あん 春巻き 春雨サラダ オレンジ	味噌ラーメン ミニおにぎり カニ焼売 ゆず醤油和え バナナ	米飯 味噌汁(かぶ・大根葉) 白身魚の香味焼き ほうれん草の煮浸し カリフラワーサラダ マンゴー	カレーライス わかめスープ 温野菜サラダ 福神漬 黄桃缶	米飯 味噌汁(麩・青菜) 白身魚フライ 大根の昆布煮 白菜のポン酢和え パイン缶
15時	ヨーグルト風ムース	ロールケーキ(モカ)	黒糖饅頭	マスカットゼリー	ようかん(こしあん)	バニラアイス	味噌饅頭
夕	米飯 味噌汁(チンゲンサイ・椎茸) ほっけの煮つけ がんもの含め煮 白菜のゆず和え 千切り沢庵	米飯 味噌汁(麩・葱) あぶ玉 さつまいものごま煮 ゆかり和え 胡瓜漬	米飯 味噌汁(とろろ昆布・えのき) さばの漬け焼き なすの薬味さっぱりソース 梅おかか和え 白花豆	米飯 すまし汁 メンチカツ れんこん味噌炒め インゲンと大豆の和え物 しば漬	菜飯ご飯 清し汁 豆腐ステーキの肉味噌がけ コーンコロッケ 小松菜のドレ和え 高菜漬物	米飯 卵スープ(卵・ねぎ) ハンバーグ ほうれん草バターソテー 豆のドレッシング和え 赤しその実漬	スパゲティナポリタン 野菜スープ ブロッコリーの卵炒め 南瓜サラダ
エネルギー	1443kcal	エネルギー1445kcal	エネルギー1656kcal	エネルギー1609kcal	エネルギー1597kcal	エネルギー1662kcal	エネルギー1549kcal
蛋白質	57.5g	蛋白質55.4g	蛋白質53.2g	蛋白質53.4g	蛋白質59.8g	蛋白質55.4g	蛋白質49.1g
食塩相当	8.7g	食塩相当9.1g	食塩相当8.9g	食塩相当11.2g	食塩相当8.9g	食塩相当9.3g	食塩相当8.4g

献立表

常食(A)

	令和08年08月23日(日)	令和08年08月24日(月)	令和08年08月25日(火)	令和08年08月26日(水)	令和08年08月27日(木)	令和08年08月28日(金)	令和08年08月29日(土)
朝	米飯 味噌汁(キャベツ・えのき) 豆腐と大根の煮物 いんげんの炒め煮 もやし中華和え 胡瓜漬(赤) 野菜ジュース	米飯 味噌汁(えのき・しめじ) 納豆 そぼろ煮 小松菜の中華和え 桜大根 牛乳	パン クリームポタージュ(豆乳) スクランブルエッグ 枝豆コーン ジャム ヨーグルト	米飯 味噌汁(大根・大根葉) 豆腐揚げの煮物 さつま芋のバター醤油 キャベツの浅漬け ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(高野豆腐・貝割大根) ミートボール ツナ炒め ドレッシング和え 赤しその実 ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜・えのき) めかぶ納豆 もやし炒め ポテトサラダ 洋梨缶 ジョア	米飯 味噌汁(小松菜・大根) 和風スクランブルエッグ ウインナーソテー ほうれん草のおかか和え 梅干し 野菜ジュース
昼	米飯 味噌汁(里芋・葱) たら山の山椒焼き 野菜炒め お浸し 三色豆	米飯 コンソメスープ ほうれん草のキッシュ マカロニサラダ カリフラワーピクルス キウイ	米飯 味噌汁(小松菜・揚げ) ほっけの塩焼き 煮物 ブロッコリーのサラダ オレンジ	かき揚げうどん ミニおにぎり じゃが芋の味噌煮 バナナ	米飯 味噌汁(とろろ・ねぎ) ぶりの照り焼き きのこのバター醤油 白菜のり和え りんご缶	親子丼 味噌汁(いんげん・揚げ) マヨ和え 胡瓜漬 みかんヨーグルト	米飯 清し汁(はんぺん・貝割大根) 赤魚の葱味噌焼き ひじきの五目煮 白菜と塩昆布の和え物 フルーツカクテル
15時	プリンムース	ソフトクレープ(いちご)	ドームケーキ(チョコ)	マドレーヌ	ようかん(梅)	パインゼリー	ロールケーキ(バニラ)
夕	米飯 味噌汁(麩・かぶの葉) 肉じゃが なすの揚げ浸し ひじきサラダ 青しその実	米飯 味噌汁(豆腐・椎茸) 赤魚の煮付け ごぼうの甘辛炒め 白菜のゆず和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(白菜・貝割大根) 鶏肉のゆず醤油ソースがけ 大根金平 冷奴 野沢菜漬	米飯 味噌汁(卵・葱) 鯖の漬け焼き ふきの炒め煮 からし和え うずら豆	米飯 味噌汁(さつまいも・大根菜) 豚肉の玉葱炒め かぶのかにかまあん ごまドレ和え もろみみそ	米飯 スープ(豆腐・わかめ) 鶏のハニーマスタード焼き ほうれん草バターソテー フレンチサラダ 高菜漬け	きつねそば ミニおにぎり 田楽 もやしの梅おかか和え
エネルギー	1409kcal	エネルギー1654kcal	エネルギー1584kcal	エネルギー1543kcal	エネルギー1551kcal	エネルギー1605kcal	エネルギー1439kcal
蛋白質	48.8g	蛋白質62.4g	蛋白質64g	蛋白質51.5g	蛋白質55.7g	蛋白質61.9g	蛋白質53.6g
食塩相当	10.1g	食塩相当8.7g	食塩相当8.4g	食塩相当8g	食塩相当9.3g	食塩相当8.8g	食塩相当9.7g

献立表

常食(A)

	令和08年08月30日(日)	令和08年08月31日(月)											
朝	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) 含め煮 じゃが芋千切り炒め ほうれん草のポン酢和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(インゲン・揚げ) 納豆 レンコン炒め 白菜のお浸し しば漬け ジョア											
昼	米飯 清し汁(高野豆腐・わかめ) 鶏肉のカレー焼き カリフラワーのコンソメ煮 オクラの和え物 バナナ	米飯 味噌汁(さつま芋・しいたけ) 中華風卵焼き かぼちやの含め煮 青菜の胡麻和え パイン缶											
15時	レアチーズ風ムース	わらび餅風											
夕	米飯 味噌汁(チンゲン菜・ひらたけ) ほきのおろし煮 南瓜の煮物 春雨の中華和え 胡瓜漬(赤)	米飯 味噌汁(とろろ昆布・かぶの葉) 肉じゃが ツナサラダ ほうれん草のしらす和え しそ昆布佃煮											
エネルギー	1463kcal	エネルギー	1564kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal	エネルギー	kcal
蛋白質	59g	蛋白質	56.8g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g	蛋白質	g
食塩相当	8.8g	食塩相当	10.3g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g	食塩相当	g