

									令和07年08月01日(金)	令和07年08月02日(土)		令和07年08月03日(日)		
朝									御飯 味噌汁(玉葱・ワカメ) 厚揚げときのこの炒め煮 カリフラワーの梅おかか和え ヤクルト	食パン スプレッド(アプリコット) ミートボール 大根サラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳		御飯 味噌汁(揚げ・サヤ) 鶏団子の煮物 キャベツの和え物 ヤクルト		
昼									天津井 味噌汁(エノキ・コマツナ) もやしのピリ辛炒め れんこんとひじきのごまサラ	御飯 味噌汁(里芋・万能) チキンの焼き南蛮 ポークビーンズ キャベツのからし和え		御飯 味噌汁(白菜・シロナ) ホキの揚げ煮 チキンともやしの炒め インゲンの三杯酢		
おやつ									和のパンケーキ	バウムクーヘン		ぼたぼた焼き		
夕									キャロットライス コンソメスープ(エリンギ・チンゲン菜) スペイン風オムレツ コールスローサラダ いちごプリン	カニ風味丼 味噌汁(エノキ・コマツナ) 高野豆腐と冬瓜の煮物 カリフラワーのレモン和え		御飯 オニオンスープ ミートローフ かぶのくずあん フルーツ(黄桃缶)		
栄養価									エネルギー	1475kcal	エネルギー	1474kcal	エネルギー	1440kcal
									蛋白質	52.1g	蛋白質	59.9g	蛋白質	54.9g
									脂質	42.4g	脂質	44.9g	脂質	38.6g
									食塩相当	8.7g	食塩相当	8.2g	食塩相当	8.2g

	令和07年08月04日(月)		令和07年08月05日(火)		令和07年08月06日(水)		令和07年08月07日(木)		令和07年08月08日(金)		令和07年08月09日(土)		令和07年08月10日(日)	
朝	御飯 味噌汁(白菜・葉) 和風チャンプル 春菊のマヨ和え ヨーグルト		食パン スプレッド(りんご) クリームポタージュ ブロッコリーのサウザンサラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳		御飯 味噌汁(かぼちゃ・万能) 厚揚げのそぼろ炒め 春菊の和え物 ジョア		御飯 味噌汁(シメジ・青菜) 車麩の煮物 二色野菜のカニカマ和え ヤクルト		食パン スプレッド(ブルーベリー) コーンスープ カリフラワーとしめじのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳		御飯 味噌汁(揚げ・葉) かぶと鶏肉の煮物 オクラのボン酢和え ヨーグルト		御飯 味噌汁(アサリ・万能) 卵とじ いんげんの柑橘和え ヨーグルト	
昼	御飯 味噌汁(里芋・豆苗) 鶏肉のネギ塩だれ 牛蒡の土佐煮 フルーツ(白桃缶)		御飯 中華スープ(青菜・エノキ) 肉団子の甘酢あん カリフラワーとしめじのカレーソ 白菜のナムル		御飯 コンソメスープ(シロナ・豚挽肉) 白身魚のトマトソースがけ きのこソテー 小松菜の辛子マヨ和え		豚丼(別皿) 味噌汁(白玉・葉) 白菜の浅漬け フルーツ(白桃缶)		御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鯖の菜種焼き レンコンの炒め旨煮 人参サラダ		わかめご飯 清汁(アサリ・ネギ) 肉じゃが 白和え(ひじき) ピーチゼリー		御飯 中華スープ(卵・木耳) 麻婆豆腐 春巻き 青菜の辛子和え	
おやつ	そば饅頭		レモンケーキ		ちょぼちょぼクッキー		カスタードケーキ		カステラ		クリームパン		味噌饅頭	
夕	御飯 コンソメスープ(エノキ・チンゲン菜) メルルーサのムニエル 車麩の煮物 ピーチゼリー		御飯 味噌汁(芋・葉) 魚と野菜の吹き寄せ煮 とろろ 抹茶ノババロア		御飯 味噌汁(揚げ・万能) 海老と春雨の炒め物 金平大根 煮豆(うぐいす豆)		御飯 味噌汁(モヤシ・ワカメ) たらの煮付け 小松菜と挽肉の炒め物 フルーツ(りんご缶)		御飯 清汁(素麺・シロナ) 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 煮豆(白花豆)		御飯 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉とピーマンのオイスター炒め 海老焼売 白菜とチキンのサウザンサラダ		御飯 清汁(コーン・サヤ) 白身魚の甘酢あんかけ 里芋の含め煮 煮豆(白花豆)	
栄養価	エネルギー	1492kcal	エネルギー	1426kcal	エネルギー	1463kcal	エネルギー	1543kcal	エネルギー	1517kcal	エネルギー	1565kcal	エネルギー	1505kcal
	蛋白質	57.3g	蛋白質	57.8g	蛋白質	61.4g	蛋白質	51.3g	蛋白質	62.3g	蛋白質	59.5g	蛋白質	64.3g
	脂質	37g	脂質	26.5g	脂質	37.5g	脂質	49.9g	脂質	35g	脂質	48.1g	脂質	35.7g
	食塩相当	7g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.6g	食塩相当	7.5g	食塩相当	8.2g	食塩相当	8g

	令和07年08月11日(月)		令和07年08月12日(火)		令和07年08月13日(水)		令和07年08月14日(木)		令和07年08月15日(金)		令和07年08月16日(土)		令和07年08月17日(日)	
朝	食パン スプレッド(いちご) スクランブルエッグ ブロッコリーとツナのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳		御飯 味噌汁(豆腐・万葱) 卵と野菜のソテー ほうれん草の胡麻マヨ和え ヤクルト		御飯 味噌汁(豆腐・青菜) 鮭の塩焼き 春菊の和え物 ヤクルト		御飯 味噌汁(揚げ・葉) 豆腐とカニのあん煮 かぶの青じそ和え ヤクルト		食パン スプレッド(チョコ) ミネストローネ ブロッコリーとエビのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳		御飯 味噌汁(ツレ・万能) 肉詰めいなり 白菜の青じそサラダ ジョア		御飯 味噌汁(麩・畑菜) 鱈の塩焼き 小松菜の生姜醤油和え ヨーグルト	
昼	☆夏祭りメニュー☆ 焼きそば ポテト・唐揚げ コールスロー フルーツ(カテル)		御飯 コンソメスープ(青菜・エノキ) デミグラスハンバーグ じゃがいものたらこマヨ和え 春雨とツナのサラダ		ピラフ クリームシチュー イタリアンサラダ フルーツ(洋梨缶)		御飯 味噌汁(サツマ芋・万能) 鱈のキノコあんかけ えびとインゲンの塩炒め かぼちゃサラダ		御飯 コンソメスープ(白菜・カイワレ) 白身魚のマスタード焼き スパニッシュオムレツ 菜の花の和え物		御飯 清汁(アサリ・春菊) 豆腐ハンバーグ 牛ごぼう 小松菜のわさびマヨネーズ和		そばろ井 清汁(ネギ・ワカメ) きざみ昆布の煮物 かぶサラダ	
おやつ	たこ焼き		バームロール		ルマンド		チョコレート饅頭		ハッピーターン		チョコパイ		ホワイトロリータ	
夕	御飯 清汁(素麺・青菜) カレイの胡麻焼き 揚げだし豆腐 フルーツ(りんご缶)		御飯 たまごスープ チキンのホワイトソースがけ 茄子の揚げ煮 マスカットゼリー		ゆかりご飯 味噌汁(南瓜) 揚げ豆腐 きんぴられんこん フルーツ(白桃缶)		御飯 味噌汁(揚げ・ワカメ) ぶりの香味焼き 茄子の炒め煮 菜の花のマヨ和え		御飯 清汁(花麩・サヤ) 鶏の味噌マヨ焼き 畑菜の煮びたし ブロッコリーとハムのフレンチサ		御飯 味噌汁(モヤシ・葉) 鶏肉の治部煮 えびとキャベツの炒め 煮豆(うぐいす豆)		御飯 中華スープ(卵・パセリ) 牛肉の韓国風炒め ナムル フルーツ(リンゴ缶)	
栄養価	エネルギー	1694kcal	エネルギー	1597kcal	エネルギー	1422kcal	エネルギー	1464kcal	エネルギー	1558kcal	エネルギー	1526kcal	エネルギー	1445kcal
	蛋白質	64g	蛋白質	49.4g	蛋白質	46.5g	蛋白質	58.2g	蛋白質	66g	蛋白質	59g	蛋白質	55.5g
	脂質	59.1g	脂質	52.6g	脂質	33.9g	脂質	43.1g	脂質	53.9g	脂質	42.3g	脂質	43.7g
	食塩相当	9.1g	食塩相当	7.1g	食塩相当	7.5g	食塩相当	8.2g	食塩相当	7.6g	食塩相当	8.9g	食塩相当	7.6g

	令和07年08月18日(月)		令和07年08月19日(火)		令和07年08月20日(水)		令和07年08月21日(木)		令和07年08月22日(金)		令和07年08月23日(土)		令和07年08月24日(日)	
朝	食パン スプレッド(アブリコット) ハムエッグ ほうれん草の和え物 フルーツ(りんご缶) 牛乳		御飯 味噌汁(揚げ・ワカメ) ジャーマンポテト 小松菜の醤油和え ヤクルト		御飯 味噌汁(高野豆腐・葱) 挽肉と青菜の炒め ポテトサラダ ヨーグルト		食パン スプレッド(いちご) ポトフ ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ(洋梨缶) 牛乳		御飯 味噌汁(白菜・青菜) 炒り豆腐 畑菜とキノコのマヨ和え ヤクルト		御飯 味噌汁(アサリ・カイワレ) 五目煮豆 小松菜のごま和え ヤクルト		食パン スプレッド(ブルーベリー) ウインナーとキャベツソテー マカロニサラダ フルーツ(パイン缶) 牛乳	
昼	御飯 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉ともやしの塩麹炒め 炊き合わせ 小松菜の辛子マヨ和え		御飯 オニオンスープ シイラのマヨネーズ'焼き 白滝と木耳の炒め カラフルサラダ		御飯 ワカメスープ 豚キムチ炒め ほうれん草とイカの醤油和え 杏仁豆腐		☆夏祭りメニュー☆ 冷やし中華 焼き餃子 杏仁豆腐		☆夏祭りメニュー☆ オムそば コンソメスープ フレンチサラダ フルーツ(洋梨缶)		御飯 コンソメスープ(玉ねぎ・パセリ) タンドリーチキン ツナポテト 大根とハムのサラダ		御飯 豚汁 ぶりの山椒焼き 焼きビーフン フルーツ(りんご缶)	
おやつ	星たべよ		焼きドーナツ		炭酸饅頭		黒糖饅頭		マドレーヌ		クリームサンド		上用饅頭	
夕	御飯 味噌汁(豆腐・オクラ) さわらの塩焼き ごぼうとチキンの和風サラダ 煮豆(うぐいす豆)		御飯 味噌汁(芋・チンゲン菜) 鶏肉のごま味噌焼き 五目ひじき いちごゼリー		御飯 味噌汁(エノキ・春菊) 鯖の味噌煮 さつま揚げと蕪の煮物 ブロッコリーのサラダ		御飯 つみれ汁 厚揚げとえびの旨煮 ほうれん草の和え物 フルーツ(カクテル缶)		御飯 清汁(ネギ・人参) さわらの味噌焼き 昆布と里芋の煮物 うぐいす豆		御飯 かき卵汁 和風酢豚 野菜ギョウザ キャベツのサウサン和え		いなり寿司 清汁(ツミレ・畑菜) 山菜の含め煮 ほうれん草のおかか和え	
栄養価	エネルギー	1542kcal	エネルギー	1433kcal	エネルギー	1422kcal	エネルギー	1464kcal	エネルギー	1577kcal	エネルギー	1535kcal	エネルギー	1520kcal
	蛋白質	65.6g	蛋白質	49.1g	蛋白質	62.4g	蛋白質	59.3g	蛋白質	56.9g	蛋白質	56.4g	蛋白質	56.7g
	脂質	54.6g	脂質	41.3g	脂質	35.1g	脂質	29.5g	脂質	45.1g	脂質	48.9g	脂質	44g
	食塩相当	7.2g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7.8g	食塩相当	8.2g	食塩相当	10.1g	食塩相当	7.4g	食塩相当	8.2g

	令和07年08月25日(月)		令和07年08月26日(火)		令和07年08月27日(水)		令和07年08月28日(木)		令和07年08月29日(金)		令和07年08月30日(土)		令和07年08月31日(日)	
朝	御飯 味噌汁(揚げ・エリンギ) 豚挽肉とかぶの煮物 里芋の胡麻マヨ和え ヨーグルト		御飯 味噌汁(玉葱・麩) がんと冬瓜の煮物 卵の花 ヤクルト		食パン スプレッド(いちご) ほうれん草とあさりのバターソ 牛蒡のサラダ フルーツ(カケル) 牛乳		御飯 味噌汁(高野・畑菜) 鱈の塩焼き 春菊のわさび和え ヤクルト		御飯 味噌汁(南瓜・万能) 鶏肉と小松菜の煮びたし 納豆 ヤクルト		食パン スプレッド(アプリコット) スナッフエントウとベーコンのソテー フレンチサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳		御飯 味噌汁(白菜・豆苗) いわしの蒲焼 カリフラワーのゆずしょうゆ和え ヤクルト	
昼	☆ご当地メニュー☆ 梅しらすご飯 味噌汁(麩・葉) さわらのみぞれがけ 里芋のごま煮 煮豆(うぐいす豆)		チキンカレー コンソメスープ(人参・青菜) ブロッコリーのレモン和え フルーツ(リンゴ缶)		きつねうどん ミートボール 白菜の辛子和え		御飯 味噌汁(大根・ワカメ) 鶏肉の唐揚げ かぶの煮物 マスカットゼリー		御飯 中華スープ(万能・ワカメ) 八宝菜 二色焼売 いんげんとツナのマヨ和え		御飯 清汁(トロ昆布・春菊) フライ盛合わせ さつまいも甘露煮 もやしとほうれん草のサラダ		御飯 コンソメスープ(えのき・万能) 鶏肉のピカタ 小松菜ソテー カリフラワーのフレンチ和え	
おやつ	おはぎ		スイスロール		まがりせんべい		ソフトサラダ		水まんじゅう		酒まんじゅう		ケーキ(レアチーズ)	
夕	チャーハン 中華スープ(ネギ・木耳) 海老と卵のチリソース マンゴープリン		御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鮭のガーリックバター醤油 かぶのつや煮 春菊のポン酢和え		御飯 味噌汁(大根・葉) 肉豆腐 春雨サラダ フルーツ(洋梨)		御飯 中華スープ(卵・椎茸) 豚肉のとろとろ甘酢炒め 焼売 フルーツ(洋梨缶)		御飯 清汁(ツレ・サヤ) 鯖の葱焼き チンゲン菜と牛肉の炒め パインゼリー		御飯 コンソメスープ(ジャガイモ・人参) ロールキャベツ ブロッコリーのベーコンソテー フルーツ(洋梨缶)		御飯 味噌汁(大根・葉) 豚ロースのバター醤油焼き 冬瓜のくず煮 煮豆(白花豆)	
栄養価	エネルギー	1588kcal	エネルギー	1460kcal	エネルギー	1420kcal	エネルギー	1541kcal	エネルギー	1495kcal	エネルギー	1494kcal	エネルギー	1590kcal
	蛋白質	62.1g	蛋白質	53g	蛋白質	51.1g	蛋白質	56.3g	蛋白質	57.3g	蛋白質	43.5g	蛋白質	63.5g
	脂質	36.1g	脂質	39.1g	脂質	40.8g	脂質	45.9g	脂質	39.7g	脂質	35.6g	脂質	50.9g
	食塩相当	9.9g	食塩相当	7.7g	食塩相当	8.5g	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.3g	食塩相当	6.9g	食塩相当	7.7g