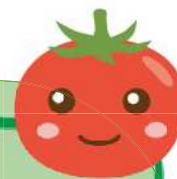




8月イベントメニュー



8月6日(木)

○夏野菜たっぷりカレー
○オクラと長芋のねだ



8月22日
(土)

○うなぎ丼
○きゅうりとイカの酢の



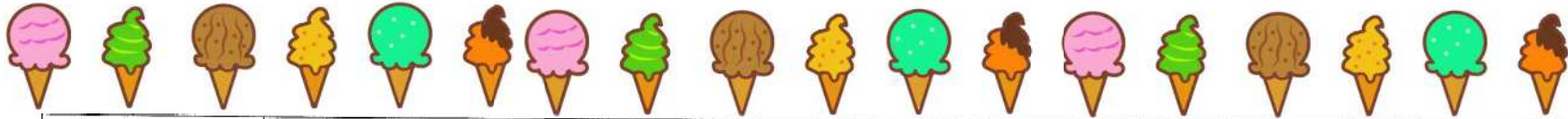
8月

令和08年08月01日(土)		令和08年08月02日(日)	
食パン(6枚×1)		バターロール	
いちごジャム		スプレッド(チョコレート)	
ハンバーグ		ポトフ	
人参サラダ		マカロニサラダ	
牛乳		牛乳	
ミルクティー		オレンジジュース	
御飯		御飯	
魚の照り焼き		鶏肉のごま醤油焼き	
付)キャベツ		付)チンゲン菜	
ごぼうの炒り煮		揚げ出し豆腐	
豚汁		清汁(人参・ねぎ)	
コンポート(りんご)		コンポート(白桃)	
オレンジゼリー		【間食】和風抹茶プリン	
【間食】ほうじ茶		【間食】緑茶	
御飯		御飯	
豚肉と野菜の味噌炒め		魚の漬け焼き	
厚揚げの煮物		付)いんげん	
ほうれん草のくるみ和え		じゃがいものそぼろ炒め	
ふりかけ(しそ)		小松菜のわさび和え	
		ふりかけ(たらこ)	
エネルギー	1702 kcal	エネルギー	1670 kcal
水分	1443.3 g	水分	1408.2 g
蛋白質	66.4 g	蛋白質	64.9 g
脂質	55.5 g	脂質	48.3 g
炭水化物	244.5 g	炭水化物	248.3 g
食塩相当	7.3 g	食塩相当	7.2 g



	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)	令和08年08月09日(日)
朝	御飯 ふりかけ(しそ) 大豆の煮物 もやしの和風和え みそ汁(キャベツ・ねぎ) 牛乳	コーヒーロール いちごジャム ミートボール マカロニサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たらこ) 厚揚げの煮物 大根サラダ みそ汁(玉葱・大根の葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ママレードジャム 洋風卵炒め 花野菜のサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 キャベツの和え物 みそ汁(大根葉・しいたけ) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム クリーム煮 玉ねぎの和え物 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) ジャーマンポト 白菜のサラダ 牛乳
10時食	レモンティー	ぶどうジュース	ミルクティー	りんごジュース	レモンティー	ミルクティー	オレンジジュース
昼	御飯 たらのチーズ焼き 付)ブロッコリー 素揚げ茄子のトマト煮込み コンソメスープ(白菜・葱) コンポート(みかん)	かき玉肉うどん 具) 汁) うまい菜の胡麻和え フルーチェ	御飯 白身魚フライとカニクリーム ソース) 付)キャベツ イカと青梗菜の炒め物 コンポート(黄桃) みそ汁(豆腐・若布)	夏野菜カレー オクラと長芋のねばねばサ デザート コーンクリームスープ	御飯 魚のバター醤油焼き 付)インゲン 春雨サラダ みそ汁(玉ねぎ・若布) コンポート(りんご)	御飯 肉豆腐 もやしの中華炒め みそ汁(小松菜・大根) コンポート(白桃)	御飯 揚げ鶏のきのこソース きのこソース) 冬瓜のコンソメ煮 豚汁 コンポート(マンゴー)
15時食	【間食】クリームパン 【間食】ほうじ茶	【間食】きみしぐれ 【間食】緑茶	【間食】もみじ饅頭 【間食】ほうじ茶	【間食】和風きなこプリン 【間食】緑茶	【間食】どら焼き(こしあん) 【間食】ほうじ茶	【間食】吹雪饅頭 【間食】緑茶	【間食】黒糖ムース 【間食】ほうじ茶
夕	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース) 付)玉葱 大根の煮物 青菜の胡麻和え ふりかけ(かつお)	御飯 赤魚の野菜あんかけ 素揚げ茄子とそぼろ炒め きゅうりの中華和え ふりかけ(たまご)	御飯 鶏肉の照り焼き 付)もやし れんこんの炒め煮 白菜のゆかり和え もろみみそ	御飯 さばの味噌煮 付)ごぼう 小松菜の煮浸し かぶの浅漬け ふりかけ(さけ)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め さつま芋の煮物 人参サラダ ふりかけ(かつお)	御飯 かに玉卵焼き あん) 切干大根の炒め煮 いんげんの辛子マヨ和え たいみそ	御飯 鯖の胡麻焼き 付)キャベツ ちくわと里芋の煮物 萌黄和え ふりかけ(しそ)
エネルギー	1702 kcal	エネルギー 1705 kcal	エネルギー 1684 kcal	エネルギー 1744 kcal	エネルギー 1686 kcal	エネルギー 1694 kcal	エネルギー 1708 kcal
水分	1645.9 g	水分 1481.6 g	水分 1611.3 g	水分 1515.4 g	水分 1495.6 g	水分 1561.7 g	水分 1373.8 g
蛋白質	64.9 g	蛋白質 65.2 g	蛋白質 65.6 g	蛋白質 65.2 g	蛋白質 64.9 g	蛋白質 65.3 g	蛋白質 64.6 g
脂質	46.0 g	脂質 47.4 g	脂質 36.4 g	脂質 55.8 g	脂質 36.6 g	脂質 47.7 g	脂質 58.8 g
炭水化物	263.8 g	炭水化物 257.9 g	炭水化物 279.2 g	炭水化物 256.6 g	炭水化物 280.3 g	炭水化物 260.5 g	炭水化物 238.5 g
食塩相当	7.6 g	食塩相当 8.0 g	食塩相当 7.2 g	食塩相当 7.6 g	食塩相当 7.0 g	食塩相当 7.7 g	食塩相当 7.1 g





	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)	令和08年08月16日(日)
朝	御飯 もろみみそ 豆腐のそぼろあん インゲンのサラダ みそ汁(じゃがいも・大根菜) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ポークビーンズ うまい菜の和え物 牛乳	御飯 ふりかけ(さけ) 和風炒り卵 ほうれん草のお浸し みそ汁(椎茸・玉ねぎ) 牛乳	マーブル食パン ママレードジャム ミートボール キャベツとツナのサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 大根サラダ みそ汁(わかめ・ねぎ) 牛乳	食パン(6枚×1) スプレッド(いちご) ポトフ 小松菜お浸し 牛乳	バターロール スプレッド(チョコ) 豆腐野菜ハンバーグ マカロニサラダ 牛乳
10時食	レモンティー	ぶどうジュース	ミルクティー	りんごジュース	レモンティー	ミルクティー	オレンジジュース
昼	御飯 ミートローフ ソース) 付)グラッセ風人参 青菜の和え物 コンソメスープ(しいたけ・葱) コンポート(りんご)	御飯 あさりのたまごとし れんこんのきんぴら 豚汁 コンポート(みかん)	御飯 赤魚のおろしあんかけ おろしあん) 青梗菜のバターソテー みそ汁(キャベツ・大根の葉) コンポート(マンゴー)	御飯 かつ煮 もやしのソテー みそ汁(豆腐・ねぎ) コンポート(白桃)	かきあげそば ほうれん草のおろし和え フルーチェ(いちご)	御飯 オムライス ブロッコリーサラダ オレンジ コンソメスープ(ほうれん草・ネギ)	御飯 豚肉の生姜炒め キャベツの和え物 みそ汁(じゃがいも・ねぎ) コンポート(黄桃)
15時食	【間食】どらやき(ずんだ) 【間食】緑茶	【間食】ピーチゼリー 【間食】ほうじ茶	【間食】人形焼き 【間食】ほうじ茶	【間食】トームケーキ(カスタード) 【間食】紅茶	【間食】バームクーヘン 【間食】ほうじ茶	【間食】セレクトアイス 【間食】緑茶	【間食】オレンジゼリー 【間食】ほうじ茶
夕	御飯 白身魚の野菜あんかけ 野菜あん) 豚バラと大根の炒め 白菜の浅漬け ふりかけ(たまご)	御飯 鶏肉のオニオンソース 付)ブロッコリー なすとベーコンの炒め物 人参サラダ たいみそ	御飯 肉じゃが カリフラワー炒め きゅうりとワカメの酢の物 ふりかけ(かつお)	御飯 白身魚のタルタルソース焼き 付)グラッセ風人参 がんもの煮物 いんげんの和え物 ゆずみそ	御飯 さばの照り焼き 付)玉ねぎ 南瓜のそぼろあんかけ 白菜のサラダ もろみみそ	御飯 タンドリーチキン 付)もやし さつま揚げの炒め煮 大豆サラダ ふりかけ(さけ)	御飯 たら山の山椒焼き 付)煙草 竹輪の煮物 カリフラワーのサラダ ふりかけ(しそ)
エネルギー	1702 kcal	エネルギー 1710 kcal	エネルギー 1692 kcal	エネルギー 1714 kcal	エネルギー 1704 kcal	エネルギー 1699 kcal	エネルギー 1708 kcal
水分	1648.1 g	水分 1507.2 g	水分 1616.5 g	水分 1339.5 g	水分 1642.4 g	水分 1354.0 g	水分 1401.0 g
蛋白質	65.7 g	蛋白質 66.3 g	蛋白質 68.0 g	蛋白質 65.9 g	蛋白質 64.2 g	蛋白質 63.9 g	蛋白質 64.7 g
脂質	42.6 g	脂質 50.9 g	脂質 42.5 g	脂質 50.7 g	脂質 47.2 g	脂質 52.3 g	脂質 51.8 g
炭水化物	271.7 g	炭水化物 254.3 g	炭水化物 265.8 g	炭水化物 250.3 g	炭水化物 265.3 g	炭水化物 249.9 g	炭水化物 250.7 g
食塩相当	7.6 g	食塩相当 7.5 g	食塩相当 6.9 g	食塩相当 7.1 g	食塩相当 7.6 g	食塩相当 7.2 g	食塩相当 6.9 g





	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)	令和08年08月23日(日)
朝	御飯 ふりかけ(たまご) つみれの煮物 チンゲン菜の和え物 みそ汁(玉葱・大根菜) 牛乳	食パン(6枚×1) マーマレード ジャーマンポテト キャベツのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(さけ) 炒り豆腐 白菜の和え物 みそ汁(ほうれん草・ねぎ) 牛乳	黒糖食パン いちごジャム ハムとカリフラワーのソテー 人参サラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 ○納豆 玉葱の和え物 みそ汁(キャベツ・大根菜) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム オムレツ チンゲン菜のサラダ 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) ミートボール もやしの和え物 牛乳
10時食	レモンティー	ぶどうジュース	ミルクティー	りんごジュース	レモンティー	ミルクティー	オレンジジュース
昼	御飯 鰻フライとイカリング 付)キャベツ 茄子と豚肉の味噌炒め コンポート(みかん) みそ汁(卵)	御飯 肉野菜のボン酢炒め かぶの洋風煮 コンポート(白桃) みそ汁(さつまいも)	御飯 白身魚の揚げ煮 付)畑菜 豚バラと大根のオイスター炒め コンポート(マンゴー) みそ汁(椎茸・ねぎ)	御飯 ポークカレー キャベツのサラダ フルーツ(オレンジ)	御飯 鶏肉のマスタード焼き 付)いんげん れんこんきんぴら みそ汁(白菜・わかめ) コンポート(りんご)	★うなぎ丼★ うなぎ きゅうりのとイカの酢の物 フルーツヨーグルト 清汁	御飯 鶏肉の味噌焼き 付)玉葱・ピーマン 里芋の煮物 みそ汁(豆腐・葱) コンポート(黄桃)
15時食	【間食】練り切り 【間食】緑茶	【間食】人形焼き 【間食】ほうじ茶	【間食】あんぱん 【間食】緑茶	【間食】きなこプリン 【間食】ほうじ茶	【間食】ぶどうゼリー 【間食】緑茶	【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】紅茶	【間食】プリン 【間食】ほうじ茶
夕	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)玉葱・スナップエンドウ 小松菜の煮浸し 春雨サラダ ゆずみそ	御飯 シーラのバター醤油焼き 付)いんげん れんこんのそぼろ炒め きゅうりとわかめの和え物 ふりかけ(しそ)	御飯 煮込みハンバーグ(トマトソース) 付)ブリッソリー ポトフ チンゲン菜からし和え たいみそ	御飯 鯖の煮付け 付)小松菜 もやしのソテー 大豆の胡麻ドレッシング和え ふりかけ(たまご)	御飯 揚げ魚の野菜あんかけ 野菜あん かぼちゃの煮物 畑菜のごま醤油和え ふりかけ(かつお)	御飯 豚肉のバター醤油炒め なすの含め煮 白菜の辛子マヨ和え ふりかけ(さけ)	御飯 鯖の竜田揚げ 付)キャベツ 大根の煮物 ポテトサラダ もろみみそ
エネルギー	1690 kcal	1688 kcal	1719 kcal	1681 kcal	1684 kcal	1739 kcal	1695 kcal
水分	1551.1 g	1352.0 g	1661.3 g	1402.7 g	1642.1 g	1294.9 g	1368.5 g
蛋白質	65.9 g	65.1 g	65.6 g	65.7 g	65.3 g	69.2 g	64.3 g
脂質	39.8 g	47.1 g	41.4 g	54.9 g	39.1 g	59.9 g	53.8 g
炭水化物	270.7 g	258.1 g	275.9 g	239.5 g	275.5 g	239.4 g	245.4 g
食塩相当	7.7 g	7.2 g	7.9 g	6.9 g	6.7 g	6.8 g	6.7 g



	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)	令和08年08月30日(日)
朝	御飯 ふりかけ(さけ) 高野豆腐の煮物 青菜のなめたけ和え みそ汁(わかめ・玉葱) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ハムとしろなのソテー 人参サラダ 牛乳	御飯 もろみみそ 厚揚げの煮物 ほうれん草のおかか和え みそ汁(キャベツ・しいたけ) 牛乳	レーズンロール マーマレードジャム ミートボール(柚子おろし) 玉ねぎの和え物 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 チンゲン菜のサラダ みそ汁(玉葱・大根菜) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム 洋風卵炒め 大豆サラダ 牛乳	バターロール スプレッド(チョコレート) クリーム煮 ブロッコリーサラダ 牛乳
10時食	レモンティー	ぶどうジュース	ミルクティー	りんごジュース	レモンティー	ミルクティー	オレンジジュース
昼	御飯 チキンカツ ソース) 付)キャベツ いんげんのサラダ みそ汁(大根・ねぎ) コンポート(マンゴー)	三色丼 白菜の浅漬け みそ汁(豆腐・葱) フルーツ(オレンジ)	焼きそば 大根サラダ フルーチェ(いちご)	御飯 油淋鶏 付)スナッPEndウ・人参 小松菜のわさびマヨ和え 中華スープ(卵・ねぎ) コンポート(黄桃)	御飯 チャンプルー かぶの水晶煮 みそ汁(いんげん・ねぎ) コンポート(みかん)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 みそ汁(人参・玉ねぎ) コンポート(りんご)	御飯 さばの照り焼き 付)チンゲン菜 豆腐のかにあんかけ みそ汁(わかめ・ねぎ) コンポート(黄桃)
16時食	【間食】どらやき(こしあん) 【間食】緑茶	【間食】ぶどうゼリー 【間食】ほうじ茶	【間食】バウムクーヘン 【間食】紅茶	【間食】吹雪饅頭 【間食】緑茶	【間食】人形焼き 【間食】ほうじ茶	【間食】オレンジゼリー 【間食】緑茶	【間食】きなこプリン 【間食】緑茶
夕	御飯 魚の胡麻ソースかけ 付)玉葱・赤ピーマン 冬瓜のそぼろあん 二色和え たいみそ	御飯 白身魚のチーズ焼き 付)いんげん 豚肉となすの炒め物 もやしの和え物 ふりかけ(たらこ)	御飯 和風ハンバーグ おろしソース) 付)人参 焼きピーマン ポテトサラダ ふりかけ(しそ)	御飯 赤魚のバター醤油焼き 付)じゃがいも がんもの煮物 花野菜サラダ ゆずみそ	御飯 たら香の香味焼き 付)たまねぎ・ピーマン じゃがいもの洋風煮 キャベツサラダ ふりかけ(たまご)	御飯 豚肉の生姜炒め さつま揚げの煮物 白菜のポン酢和え ふりかけ(かつお)	御飯 鶏肉の竜田揚げ 付)おろしポン酢 里芋の煮物 きゅうりの浅漬け もろみみそ
エネルギー	1687 kcal	エネルギー 1696 kcal	エネルギー 1707 kcal	エネルギー 1704 kcal	エネルギー 1681 kcal	エネルギー 1712 kcal	エネルギー 1685 kcal
水分	1425.9 g	水分 1469.6 g	水分 1522.4 g	水分 1345.9 g	水分 1630.8 g	水分 1495.9 g	水分 1475.4 g
蛋白質	65.9 g	蛋白質 65.4 g	蛋白質 66.1 g	蛋白質 66.0 g	蛋白質 65.8 g	蛋白質 68.0 g	蛋白質 66.0 g
脂質	43.2 g	脂質 57.7 g	脂質 44.9 g	脂質 40.2 g	脂質 40.7 g	脂質 53.0 g	脂質 53.4 g
炭水化物	263.3 g	炭水化物 235.2 g	炭水化物 264.8 g	炭水化物 261.3 g	炭水化物 269.6 g	炭水化物 248.0 g	炭水化物 243.2 g
食塩相当	7.5 g	食塩相当 6.9 g	食塩相当 8.9 g	食塩相当 6.6 g	食塩相当 7.4 g	食塩相当 6.8 g	食塩相当 7.0 g

