

令和 7 年 8 月 献立表

日	曜日	朝 食		昼 食			夕 食		
		和食	洋食	主菜	小鉢	汁物等	主菜	小鉢	汁物等
1	金	目玉焼き 587kcal 20.4g	さつまいもサラダ 439kcal 15.1g	豚肉の生姜炒め 926 kcal	おくらの梅肉和え 27.7g	味噌汁	タンドリーチキン 984 kcal	糸こんにゃくのピリ辛炒め 36.3g	スープ
2	土	朝食バイキング		とり天 1062 kcal	ナムル 38.1g	味噌汁	みそ豚 916 kcal	ひじき煮 26.8g	すまし汁
3	日	朝食バイキング		ミックスフライ 1053 kcal	小松菜とえのきの和え物 23.9g	味噌汁	チキンマスタード焼き 922 kcal	けんちん煮 40.2g	味噌汁
4	月	さばの味噌煮 674kcal 25.6g	ブロッコリーサラダ 448kcal 19.4g	ハヤシライス 1281 kcal	エッグサラダ 24.9g	コンク	鶏の唐揚げ 1077 kcal	水菜サラダ 34.3g   963kcal	味噌汁 30.3g
5	火	金平ごぼう 614kcal 15.7g	フルーツヨーグルト 480kcal 15.4g	とんかつ 1025 kcal	スパゲッティサラダ 38.2g	かき玉汁	ほっかりコロケ 1005 kcal	ツナ大根煮 18.1g   979kcal	スープ 29.3g
6	水	オムレツ 662kcal 22.7g	きのこソテー 453kcal 18.9g	冷やしぶっかけ担々麺 1211 kcal	しゅうまい 31.9g	カリフラワーとわかめの酸辣湯 1046 kcal	豚肉のカレー大 肉豆腐 26.3g	春雨サラダ 1006kcal	味噌汁 22.7g
7	木	炒り豆腐 628kcal 21.9g	コールスローサラダ 439kcal 14.6g	照焼ハンバーグ 967 kcal	ビーフンソテー 21.2g	味噌汁	チキンソテー 961 kcal	いんげんのごまマヨ和え 32.1g   1040kcal	スープ 33.3g
8	金	糸こんにゃくのそぼろ炒め 614kcal 20.9g	10種サラダ 497kcal 22.5g	カレーライス 1108 kcal	盛合せサラダ 23.3g	ゼリー			

\*朝食（和食はご飯と味噌汁、洋食はパンとジャム、牛乳は和洋食ともついています。）

\*主菜の上段がA食、下段がB食です。