

8月 献立表

施設長	栄養課主任	管理栄養士

現場:ファミリーマイホーム  
献立種類:常食  
期間:2025/8/1~2025/8/31

日	月	火	水	木	金	土		
31						2		
朝食						わかめ粥 腸活みそ汁	鶏雑炊 石狩鍋風味噌汁	クルクルチヨコ 鶏じゃが みかんコンポート
昼食						ご飯 味噌汁(舞茸・えのき) 肉じゃが ふきの炒め煮 キャベツの磯和え ヨーグルト	ピラフ コンソメスープ バジルチキン 空豆と海老のガリックカレー フレンチサラダ パインコンポート	ご飯 味噌汁(キャベツ・もやし) カジキの七味焼き ズッキーニのソテー 小松菜と海老の生姜和え 桃のコンポート
夕食						ご飯 すまし汁(はんぺん・三つ葉) 豚肉のブルコギ風 さつま芋のいとこ煮 インゲンのごま和え ミルクコーヒー	ご飯 ワカメスープ 肉豆腐 なすの生姜炒め もやしの胡麻和え カルシウム牛乳 信玄バナナコッタ	ご飯 すまし汁(豆腐・長葱) 鶏肉と野菜の旨煮 切干大根の煮物 きゅうりの梅和え いちごオレ バナナ紅茶ケーキ
3	3	4	5	6	7	8		
朝食	卵雑炊 腸活みそ汁	鮭雑炊 坦々風みそ汁	わかめ粥 ちゃんこ鍋風みそ汁	黒糖ロール・バターロール チキンオムレツ りんごのコンポート	ゆかり粥 ほうとう風みそ汁	鶏雑炊 石狩鍋風味噌汁		
昼食	ご飯 味噌汁(連草・しめじ) 豚の生姜焼き フキの信田煮 きゅうりの和え物 バナナヨーグルト	どうもろこしご飯 すまし汁(はんぺん・万能ねぎ) 厚揚げと小松菜の煮物 山芋とアボカドのわさび和え ヨーグルト	ジャージャーうどん ワカメスープ ポテトのベーコン煮 キャベツのシソ和え バナナ	ご飯 味噌汁(里芋・舞茸) 酢鳥 ふきの炒め煮 おくらと長芋の和え物 ヨーグルト	チュモツパ飯 中華スープ 回鍋肉 豆腐のえびあんかけ もやしの中華風サラダ パインコンポート	ご飯 オニオンスープ タンドリーチキン チーズinニラ玉 ブロッコリーサラダ 黒糖ヨーグルト	クルクルブルーベリー アンサンブルエッグ みかんコンポート	
夕食	ご飯 すまし汁(花麩・三つ葉) 白身魚のトマトソースかけ ふきの煮物 オクラのなめ茸和え ミルクコーヒー	ご飯 味噌汁(舞茸・茄子) 親子煮 五目豆 酢味噌和え カルシウム牛乳 手作り水ようかん	ご飯 すまし汁(素麺・三つ葉) 茹で豚の梅肉和え 茄子とピーマンの味噌炒め ミックスビーンズサラダ ミルクコーヒー 手作りプリン	冷やし中華 焼売 マンゴープリン	ご飯 すまし汁(わかめ・えのき) さばの味噌煮 小松菜の煮浸し カリフラワーの甘酢漬け ミルクティー コーヒー小豆ゼリー	ご飯 味噌汁(椎茸・しめじ) すき焼き風煮 竹輪とひじきの炒り煮 小松菜のフサヒ和え カルシウム牛乳 ところてん	中華スープ 豚肉のごまだれ蒸し 豆腐のカニあんかけ 小松菜の磯和え いちごオレ 甘酒プリン	
10	10	10	10	10	10	10		
3	3	3	3	3	3	3		
10	11	12	13	14	15	16		
朝食	卵雑炊 腸活みそ汁	鮭雑炊 ちゃんこ鍋風みそ汁	カニ雑炊 ごま豆乳みそ汁	黒糖ロール・バターロール 鶏じゃが パインコンポート	帆立雑炊 香味野菜のみそ汁	しらす雑炊 石狩鍋風味噌汁		
昼食	ちらし寿司 すまし汁(花麩・三つ葉) 野菜の煮物 ほうれん草の磯和え すいか	ご飯 味噌汁(椎茸・野菜・なめこ) えびしんじょう じゃが芋のそぼろ煮 トマトサラダ 洋梨のコンポート	冷やし中華 手作りしゅうまい ねばねば野菜のとろろ和え 桃のコンポート	どうもろこしご飯 味噌汁(舞茸・絹さや) 鶏肉のおろし醤油焼き 切干大根の炒め煮 ささみと胡瓜の胡麻酢和え ヨーグルト	ご飯 味噌汁(連草・花麩) 白身魚のフリッター 隠元の炒め煮 カリフラワーの甘酢漬け キウイフルーツ	麦めし けんちん汁 鱈の西京焼き さんびらごぼう ねばねば野菜のなめこ和え ヨーグルト	クルクルストロベリー チキンオムレツ みかんコンポート	
夕食	ご飯 野菜スープ 鮭のムニエル トマトビーンズ マカロニサラダ ミルクコーヒー 誕生日ケーキ	ご飯 すまし汁(はんぺん・万能ねぎ) 和風ハンバーグ じゃがとピーマンの炒め物 山芋の梅和え カルシウム牛乳 バナナ紅茶ケーキ	ご飯 味噌汁(揚・絹さや) 鶏肉の梅焼き 里芋のごましようゆ和え 酢の物 ミルクコーヒー あんみつ	ねばねばうどん 肉団子 フルーツポンチ	ご飯 すまし汁(素麺・わかめ) 豚の生姜焼き きのこソテー ひじきサラダ ミルクティー 小倉蒸しパン	ご飯 もずくスープ 豚肉のしゃぶしゃぶ風 フキの信田煮 しらすとトマトのさっぱり和え カルシウム牛乳 コーヒー小豆ゼリー	鶏肉のマスタード焼き ラタトゥイユ トマトサラダ いちごオレ 手作り水ようかん	
10	10	10	10	10	10	10		
3	3	3	3	3	3	3		
17	18	19	20	21	22	23		
朝食	菜飯粥 ほうとう風みそ汁	卵雑炊 ちゃんこ鍋風みそ汁	鶏雑炊 ごま豆乳みそ汁	黒糖ロール・バターロール アンサンブルエッグ パインコンポート	ゆかり粥 坦々風みそ汁	カニ雑炊 香味野菜のみそ汁		
昼食	ご飯 すまし汁(卵豆腐・しめじ) アジのネギ味噌焼き 小松菜の煮浸し 山芋の磯和え 洋梨のコンポート	チャーハン 中華スープ 手づくり餃子 ほうれん草のナムル ヨーグルト	ご飯 オニオンスープ ピザ風オムレツ 空豆と海老のガリックカレー ブロッコリーサラダ 桃のコンポート	どうもろこしご飯 味噌汁(舞茸・絹さや) 鶏肉のレモンペッパー焼 里芋の煮物 キャベツのゆかり和え りんごのコンポート	ご飯 味噌汁(揚・長葱) 豚肉のしゃぶしゃぶ風 冬瓜の煮物 トマトサラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁(連草・しめじ) さつま揚げのあんかけ 南瓜のいとこ煮 ねばねば野菜のとろろ和え パインコンポート	クルクルメイプル チキンオムレツ 洋梨のコンポート	
夕食	豚汁 赤魚の煮付 ごぼうの土佐煮 もずくの酢の物 ミルクコーヒー バナナコッタ	ご飯 コンソメスープ サバのレモングリル チンゲン菜とツナの卵炒め トマトサラダ カルシウム牛乳 チョコバウム	ご飯 なめこ汁 つくねのあんかけ 焼きなす さつま芋のサラダ ミルクコーヒー ところてん	麻婆ラーメン 肉団子 フルーツポンチ	ご飯 すまし汁(素麺・三つ葉) 鮭のちゃんちゃん焼き 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し ミルクティー あんみつ	ご飯 野菜スープ えびと鶏のトマト煮 野菜のソテー カリフラワーの甘酢漬け カルシウム牛乳 バナナ紅茶ケーキ	ご飯 すまし汁(わかめ・えのき) カレイの野菜あんかけ ふきの土佐煮 人参とレーズンのサラダ いちごオレ ところてん	
10	10	10	10	10	10	10		
3	3	3	3	3	3	3		
24	25	26	27	28	29	30		
朝食	わかめ粥 腸活みそ汁	菜飯粥 ちゃんこ鍋風みそ汁	鶏雑炊 ごま豆乳みそ汁	黒糖ロール・バターロール 鶏じゃが パインコンポート	ゆかり粥 坦々風みそ汁	カニ雑炊 香味野菜のみそ汁		
昼食	夏野菜カレー コンソメスープ じゃがとピーマンの炒め物 ささみと胡瓜の胡麻酢和え ヨーグルト	スパゲティミートソース オニオンスープ ブロッコリーのソテー ポテトサラダ 黒糖ヨーグルト	ご飯 味噌汁(揚・絹さや) さわら揚げおろし じゃが芋たらこ和え きゅうりの和え物 りんごのコンポート	ナスとトマトの冷製パスタ 野菜スープ ズッキーニのソテー フレンチサラダ ヨーグルト	ご飯 味噌汁(椎茸・野菜・なめこ) サバの塩焼き ごぼうの鶏そぼろ ほうれん草のシソ和え 洋梨のコンポート	どうもろこしご飯 味噌汁(舞茸・絹さや) 鶏肉のレモンペッパー焼 キャベツの煮浸し ミモザサラダ キウイフルーツ	クルクルチヨコ チキンオムレツ みかんコンポート	
夕食	ご飯 すまし汁(卵豆腐・貝割) あじの梅焼き 里芋田楽 インゲンのごま和え ミルクコーヒー 信玄バナナコッタ	ご飯 すまし汁(はんぺん・万能ねぎ) 豚肉の卵とじ 切干大根の炒め煮 小松菜のお浸し カルシウム牛乳 手作り水ようかん	ご飯 すまし汁(素麺・わかめ) スタミナ炒め 南瓜の甘煮 もやしの胡麻酢和え ミルクコーヒー あんみつ	ご飯 すまし汁(はんぺん・貝割) えびしんじょう 小松菜とツナの卵炒め オクラの磯和え カルシウム牛乳 もものコンポート	ご飯 すまし汁(素麺・三つ葉) 豚肉の柳川煮 ひじきと大豆の煮物 山芋のなめ茸和え ミルクティー 甘酒プリン	ご飯 もずくスープ 豚肉と大根のカレー炒め 茄子の揚げたまし ほうれん草の磯和え カルシウム牛乳 小倉蒸しパン	中華スープ 麻婆豆腐 もやしソテー 海老マヨブロッコリー いちごオレ 手作り水ようかん	
10	10	10	10	10	10	10		
3	3	3	3	3	3	3		