

8月献立表



	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	1	2
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) きのこソテー ヨーグルト 牛乳	ごはん なすとベーコンのソテー マカロニサラダ みそ汁	はちみつパン オムレツ 洋ナシ缶 牛乳	ごはん いんげんのソテー ポテトサラダ みそ汁	丸ロールパン(いちごジャム) 海老団子のクリーム煮 パイ缶 牛乳	ごはん アスパラのソテー スパゲティサラダ みそ汁	かに雑炊 がんもの煮物 昆布豆 黄桃缶
昼食	ごはん 鶏のパン粉焼き 炒り豆腐 しろなのおかか和え みそ汁	選択食A 463kcal ごはん 回鍋肉 青梗菜の炒め物 春雨サラダ 中華風卵スープ	【麺の日】 パン 茄子のミートスパゲティ ミモザサラダ オニオンスープ 	選択食A 443kcal ごはん 豚肉のしそ風味焼き 里芋の煮物 きざみオクラの塩昆布和え すまし汁	【土用丑の日】 きつねうどん ミニうな井 もやしとわかめの酢の物 	【お一日】 赤飯 さばの竜田揚げ なます 高野豆腐の炊き合わせ 赤だし 	ごはん 豚肉の香味焼き なすの炒めもの 白菜のツナ和え みそ汁
		選択食B 498kcal ごはん たらちのチリソースかけ 青梗菜の炒め物 春雨サラダ 中華風卵スープ		選択食B 447kcal ごはん 赤魚の野菜あんかけ 里芋の煮物 きざみオクラの塩昆布和え すまし汁			
おやつ	プチシュークリーム	酒まんじゅう	蒸しケーキ(いちご)	抹茶プリン(手作り)	栗カステラ饅頭	おかき(のりしお)	たいやき(あんこ)
夕食	ごはん さわらの西京焼き 肉団子の照り焼き もやしのナムル すまし汁	ごはん 筑前煮 えびしゅうまい いんげんとしめじのボン酢和え みそ汁	ごはん 豚肉のねぎ味噌焼き はんぺんの生姜天ぷら スナッPEndウの和え物 すまし汁	ごはん 鶏の照り焼き 焼き茄子 ブロッコリーのごま和え みそ汁	ごはん スパニッシュオムレツ ひじきの炒り煮 ほうれん草のマヨサラダ みそ汁	ごはん 豚のしょうが炒め 切り干し大根の胡麻煮 冷奴 みそ汁	ごはん 鱈の蒸し焼き キャベツと厚揚げの味噌炒め きゅうりの塩昆布和え すまし汁
日計	エネルギー 1623kcal	エネルギー 1439kcal	エネルギー 1451kcal	エネルギー 1317kcal	エネルギー 1696kcal	エネルギー 1495kcal	エネルギー 1318kcal



8 月献立表



	3	4	5	6	7	8	9
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) ウインナーとほうれん草のソテー ヨーグルト 牛乳	ごはん スクランブルエッグ ブロッコリーのサラダ みそ汁	北海道ミルク ツナの炒りたまご みかん缶 牛乳	ごはん トマトスパソテー ごぼうサラダ みそ汁	丸ロールパン(いちごジャム) 肉団子のクリーム煮 白桃缶 牛乳	ごはん 野菜炒め 春雨サラダ みそ汁	五目雑炊 海老団子の旨煮 黒豆 りんご缶
昼食	ごはん 鰯のごま味噌焼き 里芋の煮物 菜の花の和え物 すまし汁	【万博フェア（面前）】 ごはん 串カツ たこやき フルーツ すまし汁 	選択食 A 467kcal ごはん 和風ハンバーグおろしポン酢 アスパラとコーンソテー カリフラワーのマリネ コンソメスープ	【オムライスの日】 オムライス グリーンサラダ フルーツカクテル コンソメスープ 	【麺の日】 菜めし ラーメン えびしゅうまい チンゲン菜のじゃこ和え 	選択食 A 502kcal ごはん 鶏のゆず胡椒焼き 小松菜の煮浸し 揚げ茄子のさっぱり和え すまし汁	ごはん 白身魚の甘酢がらめ ビーフソテー 青梗菜のナムル 中華スープ
			選択食 B 464kcal ごはん 白身魚のピカタ アスパラとコーンソテー カリフラワーのマリネ コンソメスープ			選択食 B 485kcal ごはん 鮭の幽庵焼き 小松菜の煮浸し 揚げ茄子のさっぱり和え すまし汁	
おやつ	ココアワッフル	ミニおはぎ(きなこ)	フルーチェ (いちご)	どら焼き(加砂糖)	いちごブチケーキ	おかき(うすしお)	蒸しまんじゅう (白)
夕食	ごはん 肉団子の中華煮 大学いも オクラの酢の物 中華スープ	ごはん 赤魚の塩焼き ふきのおかか煮 大根の柚子和え かき玉汁	ごはん ゆで豚の胡麻だれ ひじき豆 白菜の酢の物 みそ汁	ごはん 鶏の照り焼き しろなのおかか和え 冷奴 すまし汁	ごはん 白身魚の味噌マヨ焼き 海老と白菜の炒め物 マカロニサラダ わかめスープ	ごはん 豚じゃが 揚げだし豆腐 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁	ごはん 千草蒸し 野菜の味噌炒め 三度豆のピーナッツ和え すまし汁
日計	エネルギー 1492kcal	エネルギー 1301kcal	エネルギー 1357kcal	エネルギー 1492kcal	エネルギー 1647kcal	エネルギー 1373kcal	エネルギー 1396kcal



8 月 献 立 表



	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) きのこソテー ヨーグルト 牛乳	ごはん スクランブルエッグ マカロニサラダ みそ汁	ミニショコラツイスト アスパラのソテー パイ缶 牛乳	ごはん ピーマンのソテー パンプキンサラダ みそ汁	丸ロールパン(いちごジャム) 海老と野菜のソテー 洋ナシ缶 牛乳	ごはん オムレツ カリフラワーのサラダ みそ汁	かに雑炊 がんもの煮物 昆布豆 黄桃缶
昼食	ごはん 和風照り焼きハンバーグ 厚揚げの五目煮 オクラの梅肉和え みそ汁	選択食 A 512kcal ごはん 鶏肉のねぎ味噌焼き 南瓜の甘煮 白菜のゆず和え すまし汁	【カレーの日】 夏野菜カレー きゅうりとコーンのサラダ フルーツヨーグルト 	【麺の日】 ゆかりごはん 肉うどん 大豆の五目煮 オクラの和えもの 	選択食 A 722kcal ごはん 牛肉のピリ辛炒め スナッPEndウの卵とじ 春雨の酢の物 すまし汁	【松花堂弁当の日】 とうきびごはん 鶏のゆず焼き ほうれん草のごま和え フルーツ すまし汁 	ごはん ホキのみりん焼き 高野の煮物 小松菜のわさび風味 みそ汁
		選択食 B 401kcal ごはん チャンチャン焼 南瓜の甘煮 白菜のゆず和え すまし汁			選択食 B 519kcal ごはん 鯖の塩焼き スナッPEndウの卵とじ 春雨の酢の物 すまし汁		
おやつ	蒸しケーキ(プレーン)	フルーチェ(ピーチ)	ドーナツ	たいやきクリーム	蒸しまんじゅう(黒糖)	おかき(きなこ)	どら焼き(抹茶)
夕食	ごはん 鶏の山椒焼き 里芋の含め煮 胡瓜の浅漬け すまし汁	ごはん 肉団子の甘辛煮 和風パスタ 茄子のかかあえ みそ汁	ごはん 赤魚の塩こうじ焼き 焼き豆腐の煮物 いんげんの辛子和え みそ汁	ごはん 豚肉のポン酢炒め 金平ごぼう もやしのごま和え すまし汁	ごはん お好み風卵焼き さつま芋の煮物(ごま) 大根の柚子和え みそ汁	ごはん 豚肉野菜炒め じゃがいもの含め煮 オクラの和え物 すまし汁	ごはん 鶏のマスタードマヨネーズ焼 白菜のサッと煮 わかめのサラダ オニオンスープ
日計	エネルギー 1561kcal	エネルギー 1442kcal	エネルギー 1474kcal	エネルギー 1413kcal	エネルギー 1492kcal	エネルギー 1359kcal	エネルギー 1313kcal



8 月献立表



	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	2 3
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) スクランブルエッグ ヨーグルト 牛乳	ごはん 三度豆のソテー タマゴサラダ みそ汁	北海道ミルク 肉団子のクリーム煮 みかん缶 牛乳	ごはん ビーフンソテー ごぼうサラダ みそ汁	丸ロールパン(いちごジャム) ツナの炒りたまご 白桃缶 牛乳	ごはん 野菜炒め マカロニサラダ みそ汁	五目雑炊 海老団子の旨煮 金時豆 りんご缶
昼食	ごはん 牛肉のポン酢しょうゆ炒め もやしの炒めもの ブロッコリーのサラダ みそ汁	【麺の日】 わかめごはん 冷やし中華 餃子 チンゲン菜のごま和え 	選択食 A 438kcal ごはん 豚肉のピカタ 冬瓜の枝豆あんかけ 菜の花のわさび和え みそ汁	【郷土料理の日(宮崎県)】 ごはん チキン南蛮 切り干し大根の煮つけ マンゴー缶 冷や汁 	選択食 A 469kcal ごはん ポークチャップ 田舎煮 ひじきサラダ みそ汁	【丼の日】 親子丼 里芋の含め煮 きゅうりの塩昆布和え みそ汁 	ごはん さばの味噌煮 しろなの煮浸し にんじんのごま酢和え すまし汁
			選択食 B 486kcal ごはん 鮭のチーズ焼き 冬瓜の枝豆あんかけ 菜の花のわさび和え みそ汁		選択食 B 462kcal ごはん 白身魚の香味焼き 田舎煮 ひじきサラダ みそ汁		
おやつ	りんごブチケーキ	おかしなバナナ	蒸しケーキ(いちご)	プリン(手作り)	もみじ饅頭	【バラエティおやつ】	ミニおはぎ(きなこ)
夕食	ごはん あじのおろし煮 ほうれん草の炒めもの きざみオクラの梅おかか和え すまし汁	ごはん 鶏のねぎ塩焼き ひじき大豆煮 冷奴 みそ汁	ごはん 麻婆豆腐 えびしゅうまい オクラの酢の物 中華スープ	ごはん 豚肉の玉子とじ マカロニソテー しろなのお浸し すまし汁	ごはん すきやき風煮 小松菜とエビのいため物 とろろ すまし汁	ごはん たらの蒸し焼き 厚揚げのそぼろあん ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き レンコンのきんぴら しらすおろし すまし汁
日計	エネルギー 1548kcal	エネルギー 1563kcal	エネルギー 1509kcal	エネルギー 1508kcal	エネルギー 1680kcal	エネルギー 1352kcal	エネルギー 1364kcal



8 月献立表



	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) ほうれん草としめじのソテー ヨーグルト 牛乳	ごはん 肉団子のコンソメ煮 マカロニサラダ みそ汁	抹茶ツイスト ツナといんげんのソテー 洋ナシ缶 牛乳	ごはん ピーマンとベーコンのソテー パンプキンサラダ みそ汁	丸ロールパン(いちごジャム) アスパラのソテー 黄桃缶 牛乳	ごはん 里芋の大豆クリーム煮 タマゴサラダ みそ汁	野菜雑炊 なすとベーコンのソテー うぐいす豆 パイン缶
昼食	ごはん 鶏の塩こうじ焼き さつまいもの甘煮 はくさいのゆず和え みそ汁	選択食 A 381kcal ごはん ホッケの塩焼き 冬瓜のカニあんかけ 菜の花のお浸し すまし汁	【ハヤシライスの日】 ハヤシライス ミモザサラダ フルーツヨーグルト 	選択食 A 544kcal ごはん 鶏肉のチーズ焼き スパソテー 胡瓜の酢味噌和え すまし汁	【麺の日】 菜めし 山菜そば なす田楽 フルーツ 	【散らし寿司の日】 ちらしずし 南瓜の煮物 胡瓜とじゃこの酢の物 赤だし 	ごはん とんかつ じゃがいものきんぴら風 アスパラとエビのサラダ コンソメスープ
		選択食 B 425kcal ごはん 冷しゃぶ 冬瓜のカニあんかけ 菜の花のお浸し すまし汁		選択食 B 561kcal ごはん 鯖の竜田揚げ スパソテー 胡瓜の酢味噌和え すまし汁			
おやつ	蒸しまんじゅう(白)	パイナップルゼリー(手作り)	チョコバームクーヘン	どら焼き(こしあん)	ミニ野菜カステラ	おかき(うすしお)	レモンケーキ
夕食	ごはん 魚のパン粉焼き ビーフンソテー ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	ごはん えび玉 ちんげん菜と油揚げの煮物 胡瓜ともやしのナムル 中華スープ	ごはん 筑前煮 揚げ茄子 キャベツの甘酢和え みそ汁	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのボン酢炒め 野菜サラダ みそ汁	ごはん 鶏のパンパンジーソース 白菜の煮浸し ひじきサラダ みそ汁	ごはん 豚肉と大根の煮物 きのこソテー キャベツのサラダ かき玉汁	ごはん ホキのムニエル 小松菜と平天の煮浸し 大根の梅和え みそ汁
日計	エネルギー 1487kcal	エネルギー 1313kcal	エネルギー 1691kcal	エネルギー 1633kcal	エネルギー 1391kcal	エネルギー 1382kcal	エネルギー 1470kcal



8 月献立表



	3 1						
	日						
朝食	丸ロールパン(りんごジャム) マカロニソテー ヨーグルト 牛乳						
昼食	ごはん 鶏肉のハニーマスタードソース あさりと菜の花のさっと煮 白菜の甘酢 みそ汁						
おやつ	バームクーヘン						
夕食	ごはん 豚肉のねぎ塩焼き がんもといんげんの煮物 ほうれん草のごま和え すまし汁						
日計	エネルギー 1562kcal						



材料の仕入れ状況により献立変更することがございます