



# 予定献立表

令和 7年 8月 1日 ~ 令和 7年 8月 10日

日	朝食	昼食	夕食
1(金)	ごはん みそ汁 青菜のさっと煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 白身魚の南蛮漬け 沢煮椀 なすの味噌炒め フルーツ 	ごはん コンソメ煮 鶏レバー煮 ビーフンサラダ 
2(土)	ごはん みそ汁 麩のすき煮 佃煮 牛乳 	ごはん 和風ハンバーグ カリフラワーグラタン 細切り野菜サラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け 炒り豆腐 海草サラダ 大根サラダ 
3(日)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	炊き込み御飯 ぎせい豆腐 すまし汁 白菜のごま酢和え フルーツ 	ごはん 八宝菜 肉団子 大根サラダ 
4(月)	ごはん みそ汁 野菜の旨煮 ふりかけ ヨーグルト 	木の葉丼 豚汁 青菜のポン酢和え つけもの フルーツ 	ごはん マーボーナス 大根のスープ煮 伴三絲 
5(火)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 キャベツのスープ ほうれん草サラダ フルーツ 	ごはん 鯖の野菜あんかけ 里芋の味噌田楽 若布とツナの和え物 
6(水)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 牛乳 	ごはん てんぷら みそ汁 長芋の梅肉和え フルーツ 	ごはん 鶏肉のトマト煮 金平 フレンチサラダ 
7(木)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 ふりかけ アシド・ミルク 	冷やし中華(代替え:味噌炒め) 大学芋 蒸しシューマイ 杏仁豆腐 	ごはん 鯖の照り焼き もやしのゴマ油炒め ユカリ和え 
8(金)	ごはん みそ汁 大豆煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん ふくさ焼き さつま汁 青菜のごま和え フルーツ 	ごはん 豚肉の生姜焼き 人参しりしり ところ天サラダ 
9(土)	ごはん みそ汁 キャベツとソーセージの煮込み 佃煮 牛乳 	ごはん 鮭のホイル焼き 季節のみそ汁 アスパラのナッツ和え フルーツ 	ごはん 宝袋 ジャコ炒め 玉子豆腐 
10(日)	ごはん みそ汁 冬瓜煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 豆腐の酢豚風 玉子スープ 大根サラダ フルーツ 	ごはん 肉じゃが 青菜のさっと煮 もずく酢 