




	令和7年08月04日(月)	令和7年08月05日(火)	令和7年08月06日(水)	令和7年08月07日(木)	令和7年08月08日(金)	令和7年08月09日(土)	令和7年08月10日(日)
朝	御飯 ふりかけ(さけ) 高野豆腐の煮物 白菜の和え物 みそ汁(キャベツ・葱) 牛乳	食パン(6枚×1) いちごジャム ミートボール カリフラワーのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たまご) 竹輪の炒り煮 キャベツの和え物 みそ汁(たまねぎ・わかめ) 牛乳	レーズンロール ママレード 洋風卵炒め 大根サラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 ほうれん草のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ツナソテー いんげんのサラダ 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) かにかま入りふんわり卵 白菜のサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 豚肉と卵の炒め物 さつまいもの煮物 もやしのポン酢和え のり佃煮 コンポート(白桃)	焼きそば 大根と胡瓜の和え物 フルーチェ(パイナップル)	御飯 白身魚の南蛮漬け もやしのソテー ほうれん草のピーナッツ和え ふりかけ(たらこ) コンポート(りんご)	御飯 さばの味噌漬け焼き 付)畑菜 焼ビーフン カリフラワーの和え物 ふりかけ(しそ) フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉のしぐれ煮 ブロッコリー炒め物 キャベツの辛子マヨ和え ふりかけ(かつお) コンポート(マンゴー)	御飯 かつとじ じゃがいものそぼろ炒め もやしのナムル ふりかけ(さけ) コンポート(黄桃)	御飯 回鍋肉 春巻き マカロニサラダ ふりかけ(たまご) オレンジ
15時食	【間食】人形焼き 【間食】緑茶	【間食】ドームケーキ 【間食】紅茶	【間食】マドレーヌ 【間食】玄米茶	【間食】今川焼(こしあん) 【間食】玄米茶	【間食】あんぱん 【間食】紅茶	【間食】ドーナツ 【間食】緑茶	【間食】プリン 【間食】玄米茶
夕	御飯 白身魚のマヨネーズ焼き 付)玉ねぎ・絹さや 冬瓜のカニあんかけ 漬物(千切沢庵) コンソメスープ(わかめ・白ネ)	御飯 スパニッシュオムレツ 付)ソース ごぼうの炒り煮 漬物(胡瓜) コンポート(みかん)	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)ピーマン 人参サラダ かつおおかか 中華スープ(キャベツ・ねぎ)	御飯 鶏肉の磯辺揚げ 付)玉ねぎと人参 かぼちゃの煮物 浅漬け(白菜) みそ汁(豆腐・わかめ)	御飯 白身魚のピザ風焼き 付)小松菜 もやしの生姜醤油和え あみえび みそ汁(大根・ねぎ)	御飯 赤魚の煮付け 付)キャベツ なすとピーマンの炒め物 漬物(しその実) みそ汁(わかめ・しめじ)	御飯 鶏の野菜蒸し 付)タルタル添える 野菜バターソテー 漬物(桜大根) みそ汁(ねぎ・さつまいも)
エネルギー	1712 kcal	1721 kcal	1679 kcal	1681 kcal	1663 kcal	1731 kcal	1731 kcal
水分	1244.9 g	1075.5 g	1133.3 g	1065.1 g	1169.0 g	1133.0 g	1022.5 g
蛋白質	66.9 g	65.0 g	63.6 g	66.4 g	67.2 g	62.8 g	63.7 g
脂質	38.9 g	59.6 g	42.0 g	48.0 g	35.9 g	54.2 g	58.9 g
炭水化物	279.6 g	240.6 g	266.8 g	254.8 g	274.2 g	253.3 g	240.4 g
食塩相当	7.8 g	7.4 g	7.7 g	7.2 g	7.4 g	6.7 g	6.8 g





	令和07年08月11日(月)	令和07年08月12日(火)	令和07年08月13日(水)	令和07年08月14日(木)	令和07年08月15日(金)	令和07年08月16日(土)	令和07年08月17日(日)
朝	御飯 ふりかけ(たらこ) つみれと大根の煮物 ブロッコリーの和え物 みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ママレードジャム ホトフ 玉ねぎのサラダ 牛乳	御飯 ふりかけ(たまご) 炒り豆腐 ほうれん草のサラダ みそ汁(白菜・ねぎ) 牛乳	黒糖食パン ブルーベリー ミートボール(黒酢) ミモザサラダ 牛乳	御飯 のり佃煮 〇納豆 小松菜の和え物 みそ汁(キャベツ・大根の葉) 牛乳	食パン(6枚×1) スプレッド(いちご) 豆腐野菜ハンバーグ 人参サラダ 牛乳	バターロール スプレッド(チョコレート) オムレツ マカロニサラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 ポークカレー コールスローサラダ コンポート(みかん)	御飯 和風ハンバーグ おろしソース) 付)カリフラワー・人参 南瓜のそぼろあんかけ 酢味噌和え ふりかけ(かつお) コンポート(黄桃)	冷やし中華 シューマイ ゼリー(いちご)	★うな丼★ 夏野菜の煮物 フルーツ(梨)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)ポテト ごぼうの炒り煮 ほうれん草のくるみ和え ふりかけ(たらこ) コンポート(カクテル)	御飯 麻婆豆腐 肉巻き もやしのナムル ふりかけ(たまご) コンポート(りんご)	御飯 白身魚の味噌漬け焼き 付)たまねぎ・ピーマン 揚げ出し豆腐 小松菜のわさび和え ふりかけ(さけ) コンポート(みかん)
15時食	【間食】スイスロール(モカ) 【間食】玄米茶	【間食】プリン 【間食】緑茶	【間食】カステラ 【間食】玄米茶	【間食】黒糖まんじゅう 【間食】紅茶	【間食】ドーナツ 【間食】緑茶	【間食】おやつレク 【間食】紅茶 	【間食】和風抹茶プリン 【間食】緑茶
夕	御飯 白身魚の揚げ煮 付)玉葱 うまい菜の和え物 うぐいす豆 みそ汁(豆腐・まいたけ)	御飯 鶏肉のマスタード焼き 付)いんげん ベーコンともやしの炒め物 金時豆 みそ汁(わかめ・ねぎ)	御飯 たららのパン粉焼き 付)グラッセ風人参甘煮 れんこん炒め チンゲン菜のバンバンジー風 コンポート(マンゴー)	御飯 五目卵焼き 春雨の炒め物 あみえび 豚汁	御飯 鯖の照り焼き 付)玉葱・ピーマン かぶのコンソメ煮 漬物(しそのみ) みそ汁(えのき・葱)	御飯 赤魚のみりん焼き 付)キャベツ 厚揚げの煮物 ゼリー(ピーチ) 中華スープ(若布・葱)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)チンゲン菜 茄子のそぼろあん 漬物(沢庵) 清汁(うずまき麩・人参)
エネルギー	1714 kcal	エネルギー 1733 kcal	エネルギー 1731 kcal	エネルギー 1757 kcal	エネルギー 1712 kcal	エネルギー 1743 kcal	エネルギー 1686 kcal
水分	1284.0 g	水分 1123.0 g	水分 1150.7 g	水分 1141.6 g	水分 1071.7 g	水分 1395.7 g	水分 1029.6 g
蛋白質	64.6 g	蛋白質 67.1 g	蛋白質 63.8 g	蛋白質 71.5 g	蛋白質 60.8 g	蛋白質 69.8 g	蛋白質 63.4 g
脂質	42.0 g	脂質 47.8 g	脂質 44.5 g	脂質 59.5 g	脂質 44.4 g	脂質 52.5 g	脂質 54.0 g
炭水化物	275.5 g	炭水化物 265.7 g	炭水化物 271.7 g	炭水化物 238.5 g	炭水化物 277.1 g	炭水化物 254.7 g	炭水化物 237.2 g
食塩相当	8.1 g	食塩相当 7.1 g	食塩相当 7.8 g	食塩相当 6.4 g	食塩相当 7.3 g	食塩相当 6.9 g	食塩相当 7.1 g





	令和07年08月18日(月)	令和07年08月19日(火)	令和07年08月20日(水)	令和07年08月21日(木)	令和07年08月22日(金)	令和07年08月23日(土)	令和07年08月24日(日)
朝	御飯 ふりかけ(しそ) 高野豆腐の煮物 もやしの中華和え みそ汁(キャベツ・ねぎ) 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 ふりかけ(かつお) 厚揚げの煮物 大根サラダ みそ汁(玉葱・大根の葉) 牛乳	コーヒーロール いちごジャム ミートボール 人参サラダ 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 ジャーマンホット 白菜のサラダ 牛乳	バターロール スプレッド(ピーナッツ) クリーム煮 玉ねぎの和え物 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 白身魚のチーズ焼き 付)ポテト さつま揚げの炒め物 青菜の胡麻和え ふりかけ(たまご) コンポート(りんご)	御飯 ポークハヤシライス いんげんのサラダ フルーツ(オレンジ)	御飯 白身魚フライとホタテフライ ソース) 付)キャベツ イカと青梗菜の炒め物 白菜のポン酢和え ふりかけ(たらこ) コンポート(白桃)	(冷)肉そば 具) 汁) ほうれん草と卵のソテー フルーツ(バナナ)	御飯 たらのバター醤油焼き 付)インゲン うまい菜の炒め物 マカロニサラダ ふりかけ(たまご) コンポート(みかん)	御飯 肉豆腐 もやしの中華炒め いんげんの辛子マヨ和え ふりかけ(さけ) コンポート(黄桃)	御飯 鶏肉のきのこソース きのこソース) 冬瓜のコンソメ煮 萌黄和え ふりかけ(しそ) コンポート(マンゴー)
15時食	【間食】クリームパン 【間食】玄米茶	【間食】今川焼(こしあん) 【間食】玄米茶	【間食】マドレーヌ 【間食】緑茶	【間食】ドーナツ 【間食】緑茶	【間食】蒸しケーキ(プレーン) 【間食】紅茶	【間食】吹雪饅頭 【間食】紅茶	【間食】きなこプリン 【間食】玄米茶
夕	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース) 付)もやし 大根の炒り煮 うぐいす豆 みそ汁(白菜・わかめ)	御飯 さばの味噌煮 付)ごぼう 小松菜の煮浸し 白花豆 かきたま汁(卵・貝割れ)	御飯 タンドリーチキン 付)ブロッコリー きゅうりの中華和え あみえび みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 赤魚の野菜蒸し 付)タルタルソース添え 冬瓜のそぼろあんかけ 漬物(しそのみ) コンポート(カクテル)	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 春雨サラダ 漬物(千切沢庵) みそ汁(玉ねぎ・若布)	御飯 かに玉風卵焼き あん) 切干大根の炒め煮 漬物(胡瓜漬け) みそ汁(小松菜・玉葱)	御飯 鯖の竜田揚げ 付)キャベツ(マヨ添え) ちくわと里芋の煮物 漬物(桜大根) 豚汁
	エネルギー 1710 kcal 水分 1143.9 g 蛋白質 65.4 g 脂質 44.6 g 炭水化物 268.0 g 食塩相当 7.1 g	エネルギー 1686 kcal 水分 1132.5 g 蛋白質 65.6 g 脂質 54.0 g 炭水化物 243.5 g 食塩相当 7.2 g	エネルギー 1749 kcal 水分 1132.5 g 蛋白質 65.9 g 脂質 49.4 g 炭水化物 266.6 g 食塩相当 7.1 g	エネルギー 1663 kcal 水分 1106.1 g 蛋白質 65.7 g 脂質 52.7 g 炭水化物 233.7 g 食塩相当 8.0 g	エネルギー 1716 kcal 水分 1169.6 g 蛋白質 63.1 g 脂質 45.1 g 炭水化物 269.8 g 食塩相当 7.8 g	エネルギー 1725 kcal 水分 1390.6 g 蛋白質 64.4 g 脂質 53.2 g 炭水化物 254.9 g 食塩相当 7.0 g	エネルギー 1692 kcal 水分 1136.2 g 蛋白質 66.1 g 脂質 57.9 g 炭水化物 234.8 g 食塩相当 7.2 g





	令和07年08月25日(月)	令和07年08月26日(火)	令和07年08月27日(水)	令和07年08月28日(木)	令和07年08月29日(金)	令和07年08月30日(土)	令和07年08月31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(さといも・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) ブルーベリージャム ウインナーと野菜ソテー 人参サラダ 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 いんげんの和え物 牛乳	御飯 のり佃煮 ○納豆 小松菜お浸し みそ汁(わかめ・大根葉) 牛乳	食パン(6枚×1) スプレッド(いちご) ホトフ カリフラワーサラダ 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 大根サラダ 牛乳
10時食	紅茶	コーヒー	ぶどうジュース	紅茶	りんごジュース	コーヒー	ぶどうジュース
昼	御飯 ミートローフ ソース) 付)グラッセ風人参 れんこんきんぴら 青菜の和え物 ふりかけ(たまご) コンポート(りんご)	御飯 あさりのたまごとじ 切干大根の炒め煮 うまい菜の和え物 ふりかけ(たらこ) 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) ごぼうの炒め煮 白菜の和え物 ふりかけ(かつお) フルーチェ(いちご)	御飯 かつ煮 もやしのソテー キャベツとツナのサラダ ふりかけ(しそ) フルーツ(バナナ)	◇韓国食堂ランチ そうめんの韓国風冷麺 チヂミ ほうれん草のナムル マンゴープリン	御飯 中華丼 青菜のごま醤油和え 春巻き オレンジ	御飯 豚肉の生姜炒め ハムと野菜のソテー マカロニサラダ ふりかけ(かつお) コンポート(白桃)
15時食	【間食】黒糖饅頭 【間食】緑茶	【間食】クリームパン 【間食】紅茶	【間食】どらやき(ずんだ) 【間食】緑茶	【間食】ドームケーキ(カスタード) 【間食】玄米茶	【間食】炭酸饅頭 【間食】紅茶	【間食】人形焼き 【間食】緑茶	【間食】いちごババロア 【間食】玄米茶
夕	御飯 白身魚の野菜あんかけ 野菜あん) 大根の土佐煮 漬物(しその実漬け) みそ汁(ほうれん草・長ねぎ)	御飯 鶏肉のトマトソース 付)玉ねぎと人参 なすとピーマンの炒め物 うぐいす豆 みそ汁(わかめ・豆腐)	御飯 肉じゃが 青梗菜のバターソテー 漬物(沢庵) みそ汁(大根・大根の葉)	御飯 白身魚の菜種焼き 付)ピーマン がんもの煮物 漬物(桜大根) みそ汁(えのき・ねぎ)	御飯 さばの照り焼き 付)キャベツ 南瓜のそぼろあんかけ 白菜のサラダ コンポート(カクテル)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 付)玉ねぎ インゲンの炒め物 昆布豆 中華スープ(卵・ねぎ)	御飯 たらの山椒焼き 付)玉葱・赤ピーマン 竹輪の煮物 あみえび みそ汁(若布・しめじ)
	エネルギー 1678 kcal 水分 1746.3 g 蛋白質 64.8 g 脂質 35.0 g 炭水化物 282.6 g 食塩相当 7.6 g	エネルギー 1705 kcal 水分 1303.2 g 蛋白質 63.0 g 脂質 56.7 g 炭水化物 244.4 g 食塩相当 7.3 g	エネルギー 1748 kcal 水分 1717.4 g 蛋白質 62.3 g 脂質 46.4 g 炭水化物 277.3 g 食塩相当 6.8 g	エネルギー 1691 kcal 水分 1457.9 g 蛋白質 63.2 g 脂質 51.7 g 炭水化物 245.8 g 食塩相当 6.8 g	エネルギー 1755 kcal 水分 1605.8 g 蛋白質 68.1 g 脂質 40.4 g 炭水化物 288.2 g 食塩相当 7.7 g	エネルギー 1730 kcal 水分 1474.2 g 蛋白質 67.0 g 脂質 54.8 g 炭水化物 250.6 g 食塩相当 7.2 g	エネルギー 1671 kcal 水分 1432.1 g 蛋白質 64.3 g 脂質 45.0 g 炭水化物 256.2 g 食塩相当 7.1 g



8月

入所のお食事のご紹介

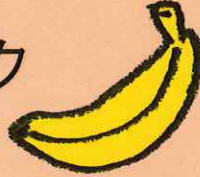
【うな丼】 8月14日

- うな丼
- 夏野菜の煮物
- 梨

大好評



【おやつレク】 8月16日  
~YUTO Café~  
バナナシェイク



【韓国食堂】 8月29日

- そうめんの韓国風冷麺
- チヂミ
- ほうれん草のナムル
- マンゴープリン

