

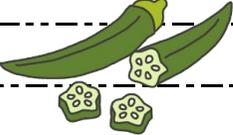
今週のメニュー

令和7年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/4	月	<ul style="list-style-type: none"> ・キャベツの玉子ソテー ・かぼちゃのバター焼き ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭の包み焼き ・ちくわとピーマンの炒め物 ・豆腐とアボカドのサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	
8/5	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ホットドッグ ・ブロッコリーのサラダ ・ミネストローネ ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の唐揚げ ・かぶの煮物 ・メカブとなめこの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
8/6	水	<ul style="list-style-type: none"> ・サバの塩焼き ・がんもの煮物 ・焼のり ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷やし中華 ・シューマイ ・ザーサイ ・チャーハン 	
8/7	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ハムエッグ ・もやしとエリンギの炒め物 ・長芋のわさびしょうゆ漬け ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・カジキと野菜の炒め物 ・冬瓜の冷やし鉢 ・ささみときゅうりの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
8/8	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークソテー ・じゃがいもの煮物 ・ほうれん草の辛子和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビーフカレー ・オクラのフライ ☆レモンサラダ ・コンソメスープ 	

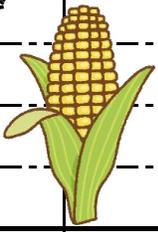
今週のメニュー

令和7年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/11	月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鮭チャーハン ・ キャベツとじゃこの炒め物 ・ 漬物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ チキンソテー ・ 大根とこんにゃくの煮物 ・ パスタサラダ ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
8/12	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ 肉味噌うどん ・ オクラと長芋の和え物 ・ 冷奴 ・ フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ さわらの磯辺揚げ ・ ゴーヤチャンプルー ・ 焼きなす ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
8/13	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ 鶏とピーマンの塩麴炒め ・ たたききゅうり ・ 佃煮 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ イタリアンハンバーグ ・ ジャーマンポテト ・ レタスサラダ ・ コーンスープ ・ ごはん 	
8/14	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ 炒り豆腐 ・ 小松菜のなめたけ和え ・ 味噌汁 ・ ごはん ・ ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ブリの梅照焼き ・ ひじきの煮物 ・ もやしとハムの和え物 ・ 味噌汁 ・ ごはん 	
8/15	金	<ul style="list-style-type: none"> ・ スパニッシュオムレツ ・ ズッキーニとツナのソテー ・ 水菜サラダ ・ トースト 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 豚の角煮 ・ しらたきのたらこ炒め ・ ブロccoliのごまポン酢和え ・ 味噌汁 ・ ごはん 	

今週のメニュー

令和7年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/18	月	・冷やし納豆そば	・牛肉キムチ炒め	
		・玉子焼き	・こんにゃくの田楽	
		・水菜とのりのサラダ	・わかめサラダ	
		・おにぎり	・味噌汁	
			・ごはん	
8/19	火	・ツナ入り野菜炒め	・豆腐と鶏肉の揚げ出し	
		・南瓜とさつまあげの煮物	・なすとパプリカのオイスター炒め	
		・漬物	・モロヘイヤとみょうがの和え物	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
8/20	水	・そぼろ丼	・白身魚のピカタ トマトソース	
		・キャベツと油揚げの炒め煮	☆とうもろこしはんぺん揚げ	
		・味噌汁	・グリーンサラダ	
		・フルーツ	・豆乳スープ	
			・ごはん	
				
8/21	木	・玉子サンド	・豚ロースの生姜焼き	
		・ウィンナーとほうれん草のソテー	・ブロッコリーのカニあんかけ	
		・トマトサラダ	・ごぼうサラダ	
		・コンソメスープ	・味噌汁	
			・ごはん	
8/22	金	・チキンチャップ	・シーフードカレー	
		・粉ふき芋	・ズッキーニのベーコン巻き	
		・カブときゅうりの塩昆布和え	・コールスローサラダ	
		・味噌汁	・ヨーグルト	
		・ごはん		

今週のメニュー

令和7年 8月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
8/25	月	<ul style="list-style-type: none"> ・コロッケパン ・玉子とトマトのソテー ・ツナサラダ ・コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・赤魚のみぞれ煮 ・きのこのベーコンソテー ・長芋の酢味噌和え ・すまし汁 ・炊き込みごはん 	
8/26	火	<ul style="list-style-type: none"> ・肉団子の甘酢あん ・もやしと水菜のソテー ・コーンサラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・☆よだれ鶏 ・春巻 ・きゅうりの中華和え ・中華スープ ・ごはん 	
8/27	水	<ul style="list-style-type: none"> ・親子丼 ・モロヘイヤのしらす和え ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭のタルタル焼き ・冬瓜のコンソメ煮 ・人参のカレーマヨ炒め ・味噌汁 ・ごはん 	
8/28	木	<ul style="list-style-type: none"> ・焼ししゃも ・ごぼうとひき肉の甘辛炒め ・なすの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚の大葉チーズはさみ揚げ ・筑前煮 ・青菜のおかか和え ・味噌汁 ・ごはん 	
8/29	金	<ul style="list-style-type: none"> ・冷やし梅わかめうどん ・ちくわ天 ・もやしのピリ辛和え ・おにぎり 	<ul style="list-style-type: none"> ・南瓜と鶏肉のクリームシチュー ・玉子サラダ ・茹で枝豆 ・ごはん ・フルーツ 	

