



献立表



	8/3(月)	8/4(火)	8/5(水)	8/6(木)	8/7(金)	8/8(土)	8/9(日)
朝	米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) オクラと湯葉のおかか和え 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(大根・葉大根) さつま芋の煮物 牛乳 味付け海苔	米飯 味噌汁(里芋・椎茸) 五目金平 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(白菜・ブナピー) 卵の花の炒り煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(さつま芋・椎茸) がんもの含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(南瓜・エノキ) 筑前煮 牛乳 のり佃煮	米飯 味噌汁(厚揚げ・ネギ) 切り干し大根の煮付 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯【はちみつの日】 コンソメスープ ハニーマスタードチキン 野菜ソテー トマト	米飯 味噌汁(キャベツ・シメジ) 魚のからしマヨ焼き 大学芋 インゲンの胡麻和え	親子丼 清汁(玉麴・貝割れ) 小松菜の煮浸し 手作りリンゴゼリー	パンズ【ハムの日】 コーンスープ ハムカツ 野菜サラダ マスカットゼリー	米飯【バナナの日】 清汁(切麴・ネギ) 鶏肉のパセリチーズ焼き モヤシの炒め物 バナナ	タコ飯【タコの日】 清汁(玉麴・三つ葉) 鶏肉の塩麴焼き 冬瓜の煮物 フルーツ白玉	米飯【ハンバーグの日】 コンソメスープ 手作りハンバーグ ブロッコリーソテー イチゴムース
夕	菜飯 清汁(花麴・ワカメ) 田楽 八丁味噌 糸こんにゃくの金平 オレンジ	米飯 味噌汁(豆腐・ネギ) 鶏肉の梅ニンニク焼き 厚揚げの煮物 ピーチムース	米飯【奴の日】 味噌汁(南瓜・エノキ) 魚の磯辺焼き 大根のおかか煮 冷奴	米飯 清汁(冬瓜・貝割れ) 豚肉と玉ねぎのもろみ味噌炒め 里芋の煮物 もずくの和え物	米飯 味噌汁(大根・ワカメ) 鰯の蒲焼風 南瓜のいところ煮 ほうれん草のクルミ和え	米飯 味噌汁(モヤシ・油揚げ) 豚肉の甘辛炒め 角麴の煮物 ポテトサラダ	米飯 清汁(玉麴・ワカメ) 鱒のちゃんちゃん焼き さつま芋のオレンジ煮 きゅうりとちくわの中華和え
おやつ	黒糖はちみつ焼きドーナツ	蒸し饅頭	ココアワッフル	スーパーカップ バニラ	サンドロール バナナ	吹雪饅頭	雪の宿



立秋

二十四節気の一つ、「立秋」は暦上で秋の始まりを告げる日です。2026年は8月7日ごろから15日間とされています ※都合により変更する場合があります
8月上旬はまた真夏の暑さが続きますが、古来より日本ではこの頃から「秋の気配が立ち始める」と考えられてきました ★糖尿病食の方は小鉢が変更になります