

8月のメニュー

| | | | | | 令和7年08月01日(金) | 令和7年08月02日(土) | 令和7年08月03日(日) | |
|---|---|--|---|---|--|---|--|----------------|
| 朝 |  <div>令和7年 8月</div> | | | | りんりんりんご 玉葱のコンソメ煮 牛乳 | ホットドッグ & ミニ食パン 元気ヨーグルト コーンスープ | おいものクリームパン 白菜のクリーム煮 牛乳 | |
| 昼 | | | | | 米飯 白身魚の和風ニエル かぼちゃと肉団子の煮物 オクラのなめたけ和え | 米飯 豚肉じゃが 卵サラダ マヨネーズ | 麦ごはん タラフライ・アジフライ ひじき煮 豆腐サラダ | |
| 夕 | | | | | 米飯 鶏の梅しそ天ぷら かぶのくず煮 菜の花の酢味噌和え | 米飯 鮭のみそ焼き 冬瓜の煮物 うまい菜のお浸し | 米飯 キャベツ 野菜のトマト煮 キャベツのトマト和え | |
| | | 令和07年08月04日(月) | 令和07年08月05日(火) | 令和07年08月06日(水) | 令和07年08月07日(木) | 令和07年08月08日(金) | 令和07年08月09日(土) | 令和07年08月10日(日) |
| 朝 | ホットドッグ&カスタードロール 元気ヨーグルト クリームチーズ | 黒糖ミルク 揚げ野菜の和え物 牛乳 | 抹茶リング 玉葱のケチャップソテー 牛乳 | ゆかり御飯 さつま揚げと野菜の煮物 みそ汁 りんごジュース | カスタードクリームパン 白菜のコンソメ煮 牛乳 | ホットドッグ&ショコラロール 元気ヨーグルト コーンスープ | トースト スクランブルエッグ 牛乳 | |
| 昼 | 鶏そぼろあんかけ丼 さといもの煮物 キャベツの和え物 | 米飯 鱈のパン粉焼き さつまいもの煮物 畑菜のごま醤油和え | 米飯 五目炒め かぶの煮物 カロリーメイトゼリー | すだちうどん ホタテフライ スイカ | 麦ごはん かれいのマスタード 焼き カボチャの洋風煮 おろののろろ和え | 米飯 豚肉の華風漬け焼き 白菜の煮浸し カリフラワーの和え物 | 米飯 チキンピカタ 畑菜の炒め物 菜の花の辛子和え | |
| 夕 | 米飯 さばの味噌煮 厚揚げと根菜炒め キャベツと玉葱のサラダ | 米飯 揚げ鶏のレモン漬け じゃがいもの甘辛炒め ゴボウサラダ | 麦ごはん 白身魚の和風ムニエル 冬瓜煮 カリフラワーのサラダ | 米飯 けんちん汁 キャベツとハムのソテー 玉葱とトマトの味噌和え | 米飯 八宝菜 キャベツと竹輪の炒め物 ほうれん草のピーマン和え | 米飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ しゅうまい カブの塩こうじ和え | 麦ごはん さわらの煮付け 焼き厚揚げ 小松菜の酢味噌和え | |
| | | 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 | ホットドッグ&ロールパン 元気ヨーグルト クリームチーズ | レーズンパストリー タマゴサラダ 牛乳 | おいものクリームパン カリフラワーの揚げ 牛乳 | わかめご飯 煮物 みそ汁 グレープジュース | チョコカスター ベーコンのスープ煮 牛乳 | ハンバーガー 元気ヨーグルト コーンスープ | 抹茶リング 玉葱とコーンのソテー 牛乳 | |
| 昼 | 魚介のトマトスープ スパゲッティ レモンゼリー | 米飯 エビチリ きょうざ 大根と胡瓜のサラダ | 麦ごはん 麻婆茄子 ブロッコリーのオリーブ炒め トマトサラダ | 塩焼きそば えびかつ カリフラワーの酢の物 チョコアイス | 麦ごはん ホキフライ なすの炒め物 きょうざ | ツナご飯 豚の生姜焼き こうや煮 畑菜のわさび和え | 米飯 おろのちゃんちゃん焼き フライドポテト しその実和え | |
| 夕 | 米飯 豚平焼き おろ厚揚げの煮物 いんげんサラダ | 米飯 かに玉・和風あんかけ 切干大根の煮物 白和え | 米飯 ぶりの生姜煮 かぼちゃのえびあんかけ 白菜の和え物 | 米飯 アジの塩焼き かぶと鶏肉の煮物 小松菜のドレッシング 和え | 米飯 ブルドック ひじきの煮物 オクラの味噌和え | 米飯 ホキのマスタード 焼き じゃがいもの甘辛炒め カリフラワーの和え物 | 米飯 ポークチャップ かぼちゃの煮物 ほうれん草のごま和え | |
| | | 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 | ホットドッグ&カスタード 元気ヨーグルト クリームチーズ | メロンパン ピーンズサラダ 牛乳 | レーズンパストリー ジャガイモのソテー 牛乳 | ゆかり御飯 五目豆 みそ汁 りんごジュース | 丸ロール 白菜のクリーム煮 牛乳 | ホットドッグ&ロールパン 元気ヨーグルト コーンスープ | 抹茶リング ツナ煮 牛乳 | |
| 昼 | 麦ごはん さばの竜田揚げ がんもの煮物 ポテトサラダ | 米飯 ビーフステーキ ブロッコリーのトマト和え アセロラゼリー | たまの温玉めし ハムカツ 白菜の酢の物 | 冷やし中華(ゴマ) 春巻・焼売 大根サラダ | 米飯 和風ハンバーグ ナスのごま味噌煮 ブロッコリーの和え物 | 麦ごはん 柳川風卵とじ 豚とジャガイモのソテー スパゲッティサラダ | 米飯 サバの塩焼き 春雨サラダ 味噌汁 冬瓜 | |
| 夕 | 米飯 鶏肉と野菜の煮物 キャベツのたらこ炒め うまい菜の和え物 | 米飯 お好み焼き風卵焼き ごぼうの炒め煮 オクラのおろし和え | 麦ごはん たららの揚げ煮 豚高菜炒め かぼちゃサラダ | 米飯 豚肉のピリ辛炒め そぼろ煮 冷奴 | 米飯 えびと卵の炒め物 だいこんの煮物 みそ汁 | 米飯 揚げ魚のたけのこあんかけ チンゲン菜の煮浸し もやしの和え物 | 麦ごはん 豚肉の照焼き かぼちゃの甘煮 ごぼうサラダ | |
| | | 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 | ホットドッグ&ショコラロール 元気ヨーグルト クリームチーズ | りんりんりんご ソテー 牛乳 | 黒糖ミルク カリフラワーサラダ 牛乳 | ゆかり御飯 五目豆 みそ汁 グレープジュース | 丸ロール クリーム煮 牛乳 | ホットドッグ & ミニ食パン 元気ヨーグルト コーンスープ | レーズンパストリー ほうれん草のサラダ 牛乳 | |
| 昼 | 米飯 タンダーリーチキン 茄子の煮物 マカロニサラダ | 米飯 白身魚のコーン焼き そぼろ煮 ピオーネ | 麦ごはん 鶏肉の玉葱ソテー 切干大根の煮物 ごぼうサラダ | トマトとオクラの冷製パスタ コロケ ヨーグルトデザート | 米飯 ねばねば丼 茄子の味噌炒め 切干大根のサラダ | 米飯 野菜入りオムレツ ほうれん草ソテー さつま芋サラダ | 夏野菜カレー マカロニ 野菜サラダ 福神漬 | |
| 夕 | 米飯 揚げ鱈のきのこソースかけ 金平ごぼう もやしのごま和え | 米飯 スパゲッティ炒め 揚げ里芋の煮物 切干大根の酢の物 | たこ焼き 白菜の和え物 けんちん汁 | 米飯 牛しゃぶ サツマイモのソテー ほうれん草の和え物 | 米飯 白身魚のピザ 風焼き ポテトソテー うまい菜の磯和え | 米飯 赤魚の煮付け じゃが芋と人参の炒め物 もずく酢 | 麦ごはん 肉豆腐 小松菜の炒め物 おろの梅和え | |

●今月の行事食●

- ・8月20日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(岡山県)
- ・8月27日(水) 夕食・・・花火大会メニュー
- ・8月31日(日) 昼食・・・野菜の日メニュー

連日の猛暑で、利用者さんの夏バテを気にしていましたが、問題なく完食する姿をみてホッとしている次第です。

右の写真は、7月のお楽しみメニュー【イカメンチ】見た目は、サクサク唐揚げ。その中身は、イカをすり身状にして揚げたフワフワ食感の食べ物！見た目と食感のギャップに驚く人続出の昼食でした(笑)

管理栄養士 Y

