

令和8年8月17日（月）～令和8年9月12日（土）の献立予定表

日(曜)	日(曜)	昼 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる
8/17(月)	31(月)	米飯・韓国風肉じゃが 青菜ともやしのナムル なめこの味噌汁・パイン	☆せんべい ボン・デ・チーズ	豚もも・生揚げ・さつま揚げ・わかめ 木綿豆腐・麦みそ・普通牛乳 バルメザンチーズ・プロセスチーズ	甘辛せんべい・米・こんにゃく じゃがいも・ごま油・上白糖・ごま 白玉粉・調合油・薄力粉	大根・にんじん・ほうれんそう もやし・スイートコーン缶詰・なめこ 葉ねぎ・パイン
18(火)	9/1(火)	米飯・納豆・さけの塩焼き ひじきソテー 中華風スープ・キウイ	☆クロワッサン お菓子	糸引き納豆・しろさけ・油揚げ ベーコン・普通牛乳	クロワッサン・米・ごま油・上白糖 調合油・しらたき	ほしひじき・にんじん・たまねぎ ピーマン・チンゲンサイ・キウイ
19(水)	2(水)	ハヤシライス(麦ごはん) マカロニサラダ バナナ	☆コーンスナック たまごサンド	豚かた・ロースハム・普通牛乳・鶏卵	米・ビタバレー 調合油・マロ・マーガリン マヨネーズ・じゃがいも・食パン	たまねぎ・マッシュルーム缶 きゅうり・サニーレタス・にんじん ブロッコリー・バナナ
20(木)	3(木)	冷やし中華 いんげんのごま和え わかめスープ・メロン	☆ビスケット 天かすおにぎり	ロースハム・鶏卵・普通牛乳 わかめ	ビスケット・中華めん・上白糖・調合油 ごま・米・天かす	きゅうり・トマト・さやいんげん・にんじん ほうれんそう・メロン・あおのり 葉ねぎ
21(金)	4(金)	米飯・あじの栄養揚げ レタスのサラダ えのきのすまし汁・すいか	☆パイン缶 アイスクリーム	あじ・かに風味かまぼこ・鶏卵 普通牛乳・ラクトアイス・わかめ	米・薄力粉・調合油・焼きふ	パイン缶・にんじん・ピーマン・ごぼう レタス・アスパラガス・えのきたけ こまつな・すいか
22(土)	5(土)	スパゲッティ・ミートソース 卵スープ バナナ	☆コーンスナック お菓子	牛ひき肉・鶏卵・普通牛乳	スパゲッティ 上白糖・かたくり粉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース トマト缶詰・葉ねぎ・バナナ
24(月)	7(月)	米飯・肉豆腐 ごぼうのサラダ 南瓜の味噌汁・グレープフルーツ	☆エーセーボーロ 大学芋	焼き豆腐・豚ばら・ロースハム 麦みそ・普通牛乳	エーセーボーロ・米・しらたき・上白糖 調合油・ごま・マヨネーズ・さつまいも	もやし・えのきたけ・はくさい・ほうれんそう にんじん・ごぼう・かぼちゃ・たまねぎ スイートコーン缶詰・レモン・トマト・グレープフルーツ
25(火)	8(火)	冷やし汁・鶏肉から揚げ アスパラガスのソテー バナナ	☆食パン（いちごジャム） お菓子	まぐろ缶詰・木綿豆腐・甘みそ 鶏もも・鶏肝臓・ベーコン・鶏卵 普通牛乳	食パン・いちごジャム・米・ごま かたくり粉・調合油・上白糖	きゅうり・葉ねぎ・しょうが・にんにく たまねぎ・りんご・アスパラガス・にんじん ズッキーニ・バナナ
26(水)	9(水)	米飯・スコッチエッグ 春雨の酢の物 たけのこのスープ・キウイ	☆プルーン 黒糖むしばん	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 ロースハム・はんぺん・普通牛乳 豆乳・脱脂粉乳	米・パン粉・上白糖・薄力粉・調合油 はるさめ・ごま・ホットケーキミックス 黒砂糖	プルーン・たまねぎ・こまつな・きゅうり スイートコーン缶詰・たけのこ・しめじ にんじん・葉ねぎ・キウイ
27(木)	10(木)	米飯・豚肉のオイスターソース炒め 納豆・ブロッコリーのサラダ じゃがいもの味噌汁・リンゴ	☆ビスケット つぶつぶみかんゼリー	納豆・豚ばら・油揚げ・麦みそ 普通牛乳	ビスケット・米・調合油・じゃがいも 上白糖	キャベツ・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー スイートコーン缶詰・トマト・葉ねぎ・りんご オレンジ飲料・アガー
28(金)	11(金)	米飯・白身魚のカレーチーズ焼 もやしときゅうりのごま和え コンソメスープ・パイン	☆もも缶 お菓子	白身魚・プロセスチーズ 竹輪・ベーコン・普通牛乳	米・薄力粉・ごま・上白糖・じゃがいも	もも缶・きゅうり もやし・たまねぎ・にんじん・パセリ パイン
29(土)	12(土)	わかめおにぎり 豚汁 オレンジ	☆コーンスナック お菓子	豚もも・生揚げ・麦みそ・普通牛乳 炊き込みわかめ	米・じゃがいも こんにゃく・さといも	大根・ごぼう・にんじん 葉ねぎ・オレンジ

