2025年8月の予定献立表

日	献立名	使用材料	栄養量		
1 金	冷やしうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツヨーグルト	うどん、ツナ缶、ホールコーン、油揚げ、こまつな 焼竹輪、あおのり、天ぷら粉 ヨーグルト、黄桃缶	熱量 蛋白 脂質 塩分	405 17.2 15.3 1.6	kcal g g g
4 月	麦ご飯 あじの竜田揚げ はんぺんの野菜煮 白桃缶 味噌汁（茄子）	精白米、押し麦 あじ、しょうが、片栗粉 はんぺん、チンゲン菜、にんじん、玉ねぎ 白桃缶 なす、油揚げ	熱量 蛋白 脂質 塩分	393 14.9 11.3 1.6	kcal g g g
5 火	ふりかけご飯 豚肉とピーマンの細切り炒め 切り干大根のサラダ フルーツヨーグルト	精白米、ふりかけ 豚もも肉、ピーマン、赤パプリカ、たけのこ、オイスターソース、片栗粉 切干大根、にんじん、いんげん、マヨネーズ ヨーグルト、りんご缶	熱量 蛋白 脂質 塩分	434 18.2 13.6 1.0	kcal g g g
6 水	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 蓮根とひじきのサラダ オレンジ 味噌汁（冬瓜）	精白米 鶏もも、塩麹 乾燥ひじき、れんこん、枝豆、にんじん、ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ オレンジ とうがん、カットわかめ	熱量 蛋白 脂質 塩分	362 13.9 12.1 1.5	kcal g g g
7 木	カレーライス ブロッコリーのごま和え パイン缶 コンソメスープ（ズッキーニ）	精白米、豚小間、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク ブロッコリー、にんじん、ごま パイン缶 ズッキーニ、しめじ	熱量 蛋白 脂質 塩分	424 15.4 13.5 1.9	kcal g g g
8 金	ご飯 鶏ひき肉と豆腐のナゲット おくら納豆 洋梨缶 味噌汁（ほうれん草）	精白米 鶏挽肉、絹豆腐、パン粉、鶏卵、スキムミルク、ケチャップ ひきわり納豆、おくら、かつお節 洋なし缶 ほうれん草、もやし	熱量 蛋白 脂質 塩分	422 20.0 12.6 1.5	kcal g g g
11 月	山の日				
12 火	夏休み				
13 水					
14 木					
15 金					
18 月	麦ご飯 あじの竜田揚げ はんぺんの野菜煮 白桃缶 味噌汁（茄子）	精白米、押し麦 あじ、しょうが、片栗粉 はんぺん、チンゲン菜、にんじん、玉ねぎ 白桃缶 なす、油揚げ	熱量 蛋白 脂質 塩分	393 14.9 11.3 1.6	kcal g g g

日	献立名	材　料　名	栄養量		
19 火	ふりかけご飯 豚肉とピーマンの細切り炒め 切り干大根のサラダ フルーツヨーグルト	精白米、ふりかけ 豚もも肉、ピーマン、赤パプリカ、たけのこ、オイスターソース、片栗粉 切干大根、にんじん、いんげん、マヨネーズ ヨーグルト、りんご缶	熱量 蛋白 脂質 塩分	434 18.2 13.6 1.0	kcal g g g
20 水	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 蓮根とひじきのサラダ オレンジ 味噌汁（冬瓜）	精白米 鶏もも、塩麹 乾燥ひじき、れんこん、むき枝豆、にんじん、ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ オレンジ とうがん、カットわかめ	熱量 蛋白 脂質 塩分	362 13.9 12.1 1.5	kcal g g g
21 木	ご飯 豚肉のケチャップソテー キャベツとツナのサラダ チョコレートババロア コンソメスープ（モロヘイヤ）	精白米 豚小間肉、玉ねぎ、マッシュルーム缶、ケチャップ、ウスターソース きゃべつ、ツナ缶、にんじん ババロアの素（チョコレート）、スキムミルク、牛乳 モロヘイヤ、にんじん	熱量 蛋白 脂質 塩分	453 20.7 16.0 1.1	kcal g g g
22 金	ふりかけご飯 厚揚げのそぼろ煮 オクラのしらす和え みかん缶 味噌汁（お麩）	精白米、ふりかけ 厚揚げ、豚挽肉、にんじん、玉ねぎ、グリンピース、ごま油、片栗粉 おくら、にんじん、しらす干し みかん缶 小町麩、カットわかめ	熱量 蛋白 脂質 塩分	381 15.9 11.6 1.7	kcal g g g
25 月	冷やしうどん ちくわの磯辺揚げ フルーツヨーグルト	うどん、ツナ缶、ホールコーン、油揚げ、こまつな 焼竹輪、あおのり、天ぷら粉 ヨーグルト、黄桃缶	熱量 蛋白 脂質 塩分	405 17.2 15.3 1.6	kcal g g g
26 火	ご飯 鶏肉の照焼き スパゲティサラダ 黄桃缶 味噌汁（南瓜）	精白米 鶏もも スパゲティ、玉ねぎ、きゅうり、にんじん、ロースハム、マヨネーズ 黄桃缶 かぼちゃ、玉ねぎ	熱量 蛋白 脂質 塩分	393 17.2 10.3 1.5	kcal g g g
27 水	食パン・いちごジャム 白身魚のカレーフリッター 鶏ささみと胡瓜のサラダ バナナ 牛乳	食パン、いちごジャム バサ、カレー粉、片栗粉、ベーキングパウダー 鶏ささみ、きゅうり、にんじん、ホールコーン、ﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ バナナ 牛乳	熱量 蛋白 脂質 塩分	402 19.4 12.9 1.3	kcal g g g
28 木	ご飯 鶏ひき肉と豆腐のナゲット おくら納豆 洋梨缶 味噌汁（ほうれん草）	精白米 鶏挽肉、絹豆腐、パン粉、鶏卵、スキムミルク、ケチャップ ひきわり納豆、おくら、かつお節 洋なし缶 ほうれん草、もやし	熱量 蛋白 脂質 塩分	422 20.0 12.6 1.5	kcal g g g
29 金	カレーライス ブロッコリーのごま和え パイン缶 コンソメスープ（ズッキーニ）	精白米、豚小間、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、スキムミルク ブロッコリー、にんじん、ごま パイン缶 ズッキーニ、しめじ	熱量 蛋白 脂質 塩分	424 15.4 13.5 1.9	kcal g g g

※献立は材料仕入の都合により変更することがあります。

株式会社ケイ・エフ・ケイ