



慶和会 花いちもんめ

2025/8/1~2025/8/31

★新メニュー

昼食	日	月	火	水	木	金 1	土 2
	  					御飯 目玉焼きハンバーグ おなか和え 漬物 みそ汁 エネルギー 582kcal 蛋白質 24.4g 脂質 17.4g 食塩 3.5g	御飯 白身魚のカレームニエル 卵入りマカロニサラダ しそ昆布 みそ汁 エネルギー 551kcal 蛋白質 22.9g 脂質 13g 食塩 2.3g
昼食	3	4	5	6	7	8	9
	御飯 炊き合わせ しらす干しの和え物 梅干し みそ汁 エネルギー 559kcal 蛋白質 17.6g 脂質 13.7g 食塩 4.4g	御飯 魚の唐揚げ 薬味ソース（カマス） サツパリポテト ふりかけ みそ汁 エネルギー 646kcal 蛋白質 23.2g 脂質 19.2g 食塩 3.7g	麦ご飯 豚肉の生姜焼き とろろ 漬物 みそ汁 エネルギー 530kcal 蛋白質 19.3g 脂質 15.5g 食塩 2.7g	親子どんぶり ツナの和え物 みそ汁 エネルギー 489kcal 蛋白質 24g 脂質 9.2g 食塩 3.2g	御飯 赤魚の黄金漬焼き おかず金平 おなか昆布 みそ汁 エネルギー 481kcal 蛋白質 22.4g 脂質 7.5g 食塩 3.5g	シーフードカレー レモン和え わかめスープ エネルギー 581kcal 蛋白質 20.2g 脂質 11.4g 食塩 5.6g	★豚しゃぶぶっかけそうめん なすの田楽 バナナ エネルギー 507kcal 蛋白質 16.6g 脂質 14g 食塩 6.9g
昼食	10	11	12	13	14	15	16
	御飯 油麴とねぎの卵とじ ピーナッツ和え 漬物 みそ汁 エネルギー 504kcal 蛋白質 19.8g 脂質 11.9g 食塩 3.8g	ビビンバ 温泉卵 杏仁フルーツ 春雨スープ エネルギー 606kcal 蛋白質 25.5g 脂質 17.7g 食塩 3.5g	御飯 かにクリームコロッケ ひじきと大豆の煮物 ふりかけ みそ汁 エネルギー 569kcal 蛋白質 14.4g 脂質 16.2g 食塩 2.8g	御飯 かれいの煮付け なめ茸和え 煮豆 豚汁 エネルギー 520kcal 蛋白質 27.8g 脂質 3.9g 食塩 3.2g	冷やしねばねば蕎麦 枝豆と豆腐のふんわり天 オレンジ エネルギー 483kcal 蛋白質 17.3g 脂質 17.5g 食塩 2.2g	行事食（お盆） 鶏ごぼう炊き込みご飯 魚の味噌照り焼き（クロムツ） もずく酢 漬物 おくずかけ エネルギー 576kcal 蛋白質 22.9g 脂質 12.1g 食塩 5.8g	御飯 肉じゃが くるみと和え 梅干し みそ汁 エネルギー 533kcal 蛋白質 17.1g 脂質 10g 食塩 4.1g
昼食	17	18	19	20	21	22	23
	御飯 メンチカツの甘辛煮 マカロニサラダ おなか昆布 みそ汁 エネルギー 594kcal 蛋白質 18.4g 脂質 14.7g 食塩 4.1g	御飯 豆腐ハンバーグ おろしそポン酢 ジャーマンポテト ふりかけ みそ汁 エネルギー 585kcal 蛋白質 19.4g 脂質 16.8g 食塩 3.7g	御飯 魚の味噌煮（めばる） お浸し 煮豆 すいとん汁 エネルギー 547kcal 蛋白質 24.5g 脂質 4.7g 食塩 2.8g	ソース焼きそば フルーツヨーグルト かき卵わかめスープ エネルギー 536kcal 蛋白質 18.9g 脂質 11.1g 食塩 3.3g	御飯 チキン南蛮 和え物 漬物 みそ汁 エネルギー 569kcal 蛋白質 22.8g 脂質 15.1g 食塩 2.8g	ちらしずし ポテト金平 すまし汁 エネルギー 556kcal 蛋白質 17.1g 脂質 15.2g 食塩 4g	御飯 ほっけの照り焼き 厚揚げとぜんまいの煮物 梅干し みそ汁 エネルギー 476kcal 蛋白質 21.9g 脂質 8.5g 食塩 3.7g
昼食	24	25	26	27	28	29	30
	御飯 煮魚（赤魚） さつま芋と昆布の煮物 白菜つけ みそ汁 エネルギー 492kcal 蛋白質 19.6g 脂質 3.9g 食塩 3.2g	冷し中華 なす なべしぎ フルーツ缶詰 エネルギー 581kcal 蛋白質 16.6g 脂質 18.8g 食塩 4g	ボークカレー キャベツとパインのサラダ 春雨スープ エネルギー 671kcal 蛋白質 15.8g 脂質 21.3g 食塩 4.3g	御飯 魚の甘酢あんかけ（たら） ポテトサラダ ふりかけ みそ汁 エネルギー 603kcal 蛋白質 22.4g 脂質 18g 食塩 4.1g	おにぎり（みそ・梅しらす） 盛り合わせ お浸し 漬物 五目汁 エネルギー 492kcal 蛋白質 15.5g 脂質 7g 食塩 4.2g	御飯 麻婆豆腐 白菜とめかぶの和え物 漬物 卵と玉ねぎのスープ エネルギー 523kcal 蛋白質 20.6g 脂質 14.8g 食塩 3.2g	生姜ご飯 鶏もも肉の甘辛煮 お浸し 漬物 みそ汁 エネルギー 538kcal 蛋白質 27.5g 脂質 12.9g 食塩 4.3g
昼食	31						
	御飯 八宝菜 パンプキンサラダ ふりかけ みそ汁 エネルギー 567kcal 蛋白質 22.1g 脂質 13.9g 食塩 4g	     					

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。

