



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

						1(土)	2(日)
朝食						◎和定食 わかめ雑炊 インゲンの炒り煮 マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール ウインナーのケチャップ炒め オニオンサラダ 牛乳
昼食						◎お一日 赤飯 たらの南蛮漬け しろ菜のそぼろ炒め 春雨の和え物 さつま芋のみそ汁	ごはん 蒸し鶏のごまダレ ブロッコリーの香味炒め マンゴー缶 里芋のみそ汁
中間食						珈琲クリームワッフル	厚切りバウム
夕食						ごはん 豆腐ステーキ ひじきの炒め煮 ポテトサラダ	ごはん さわらの西京焼き 竹輪の炒り煮 大根サラダ



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
朝食	◎洋定食 黒糖食パン ポトフ風 コーンサラダ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 ピーマンの中華炒め グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム リーゼントとキャベツのマスタートソテー 人参サラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 肉団子の煮物 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ インゲンのソテー カリフラワーのサラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 白菜の炒り煮 青りんごゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン スクランブルエッグ 胡瓜のマリネ 牛乳
昼食	ごはん ぶりのしょうゆ麹焼き ☆切干大根の卵炒め 小松菜の辛子和え あげのみそ汁	◎Aメニュー 和風おろしハンバーグ ◎Bメニュー さばの味噌煮 ◎共通料理◎ ごはん チンゲン菜の炒め物 マカロニサラダ とろろ昆布のすまし汁	ごはん あじの幽庵焼き 野菜つみれの煮物 ほうれん草のごま味噌和え わかめのすまし汁	ごはん 鶏肉のわさび醤油焼き 厚揚げの野菜あんかけ ごぼうサラダ 麩のみそ汁	◎寿司の日 焼き鯖の散らし寿司 かぼちゃのいとこ煮 うまい菜の塩昆布和え 赤出汁	ごはん 鶏肉のタルタル焼き ほうれん草のソテー フルーツカクテル缶 ☆じゃが芋のコンソメスープ	ごはん 豚肉の中華味噌炒め(回鍋肉) 大学芋 もやしナムル ☆中華スープ
中間食	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)	やわらかおかき(砂糖醤油)	プリン	ミニロールケーキ(マンゴー)	おかしなバナナ	蒸しパン(静岡茶)	苺のムースケーキ
夕食	ごはん 豚肉の塩だれ炒め ☆さつま芋のレモン煮 白菜のピーナツ和え	ごはん 赤魚の磯辺揚げ ☆レンコンの炒り煮 冷奴	ごはん ふくさ卵 じゃが芋のカレー風味炒め ブロッコリーの青じそ和え	ごはん 白身魚(メバル)の香草焼き クリームコロッケ 大根とハムのマリネ	ごはん 豚肉と野菜の煮物 和風スパゲティー オクラのゆかり和え	ごはん さわらの梅香焼き がんもの含め煮 小松菜のナムル	ごはん たらの山椒煮 チンゲン菜のそぼろ炒め ☆レンコンサラダ



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝食	◎洋定食 食パン・りんごジャム ブロッコリーのソテー 玉ねぎの青じそドレ和え 牛乳	◎和定食 中華粥 小松菜のカレー風味炒め マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン キャベツのコンソメ煮 ツナサラダ 牛乳	◎和定食 味噌雑炊 じゃが芋の炒め物 グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 丸ロール パプリカのソテー うの花サラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 野菜の和風ポトフ ももゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム マカロニのケチャップ煮 オニオンサラダ 牛乳
昼食	◎郷土料理(香川県) ぴっぴめし かぼちゃコロッケ こんにゃくの白和え 渦巻き麩のみそ汁	ごはん あじの蒲焼き 里芋のずんだあん 人参の青のりサラダ ☆大根のみそ汁	ちく天ぶっかけうどん 茄子の田楽 チンゲン菜の梅和え ☆マンゴー缶	ごはん ぶりの照り焼き 高野豆腐の含め煮 胡瓜の浅漬け わかめのみそ汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 麩の卵とじ うまい菜の和え物 とろろ昆布のすまし汁	◎いいごはん とうもろこしごはん 豚肉と夏野菜の柚子胡椒炒め ☆冬瓜の銀あん ほうれん草のおかか和え そうめんすまし汁	ごはん 白身魚(メバルサ)のヒレカツ焼き チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ ごぼうのみそ汁
中間食	クレープ(チョコ)	ドームケーキ(いちご)	しっとりどら焼き(こしあん)	抹茶プリン	水ようかん	◎季節の和菓子 上生 ひまわり	ソフトシュークリーム
夕食	ごはん 鶏肉とじゃが芋のステーキ炒め 大豆のトマト煮 コールスローサラダ	ごはん 麻婆豆腐 炒めビーフン うまい菜のごま和え	ごはん 千草焼き ☆金平ごぼう かぼちゃサラダ	ごはん 蒸し鶏のバンバンジーソース(冷) 水餃子 からし菜のナムル	ごはん さわらの生姜煮 竹輪の甘辛炒め オクラのドレッシング和え	ごはん コロッケ&海老フライ ひじきの炒め煮 ブロッコリーのワサビ和え	ごはん 肉豆腐 ピーマンの炒め物 なます



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝食	◎洋定食 レーズントッパ ブロッコリーのマスタード炒め コーンサラダ 牛乳	◎和定食 芋粥 うまい菜の中華煮 アセロラゼリー 牛乳	◎洋定食 ロールパン じゃが芋のクリーム煮 胡瓜のドレッシング和え 牛乳	◎和定食 わかめ雑炊 イカ団子の煮物 青りんごゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・りんごジャム インゲンのソテー マカロニサラダ 牛乳	◎和定食 中華粥 もやしの炒め物 グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン スクランブルエッグ カリフラワーのサラダ 牛乳
昼食	◎Aメニュー 豚じゃが ◎Bメニュー 銀ひらすの西京焼き ◎共通料理◎ ごはん 明太スパソテー 小松菜の塩昆布和え 花麩のすまし汁	味噌そぼろ丼 切干大根の炒め煮 オクラのゆず和え わかめのすまし汁	ごはん 赤魚のネギソース がんもの含め煮 しろ菜の辛子和え かぼちゃのみそ汁	◎Aメニュー 豚肉のオイスターソース炒め ◎面前提供(本館3階・4階) 豚肉の生姜炒め ◎共通料理◎ ごはん 大豆の煮物 チンゲン菜のゆかり和え 揚げ玉とあおさのすまし汁	チキンカレー 福神漬け ブロッコリーサラダ いちごムース	ごはん 白身魚(メバル)のムニエル メンチカツ(1/2) グリーンサラダ コンソメスープ	ごはん 照り焼きハンバーグ 茄子の煮物 春雨サラダ ごぼうのみそ汁
中間食	厚切りバウム	パンケーキ(きなこ&黒糖蜜)	おかしなバナナ	蒸しパン(静岡茶)	ミニロールケーキ(マンゴー)	やわらかおかき(砂糖醤油)	プリン
夕食	ごはん たらこの竜田揚げ 野菜つみれの煮物 インゲンの塩だれ和え	ごはん カレイのマヨネーズ焼き ほうれん草のソテー 人参マリネ	ごはん 鶏肉のしょうゆ麹焼き ピーマンの炒め物 カリフラワーのサラダ	ごはん 中華風玉子焼き(あんかけ) 春巻き 白菜のピーナツ和え	ごはん 厚揚げの旨煮 ☆かぼちゃの甘煮 うまい菜のごま酢和え	ごはん 豚肉と温野菜のごまダレ レンコンのあおさ炒め ☆ピーマンの塩ナムル	ごはん あじの煮付け 大根の炒り煮 ほうれん草の梅和え



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)
朝食	◎洋定食 丸ロール ウイナーと野菜のコンソメ煮 パプリカのサラダ 牛乳	◎和定食 味噌雑炊 野菜のカレー風味炒め マスカットゼリー 牛乳	◎洋定食 食パン・いちごジャム ブロッコリーの中華煮 大根マリネ 牛乳	◎和定食 五目雑炊 白菜の炒り煮 グレープゼリー 牛乳	◎洋定食 黒糖食パン ズッキーニのソース炒め トマトパンネサラダ 牛乳	◎和定食 青菜粥 茄子の中華煮 ももゼリー 牛乳	◎洋定食 レーズントッパ ほうれん草のクリーム煮 コーンサラダ 牛乳
昼食	ごはん 鶏肉八宝菜 炒めビーフン ☆春菊のお浸し 里芋のみそ汁	☆梅わかめご飯 たら山の山椒煮 冬瓜のかにあん 玉ねぎのおかか和え 渦巻き麩のみそ汁	ごはん ポークチャップ ピーマンのソテー 黄桃缶 コンソメスープ	◎季節御膳 枝豆とおかかの混ぜごはん 季節の天ぷら(鰻) 夏野菜の煮合わせ もやしの香味ナムル 赤出汁 わらびもち風デザート	◎A×ニュー ぶりの西京焼き ◎B×ニュー 鶏肉のくわ焼き ◎共通料理◎ ごはん 金平ごぼう チンゲン菜のゆかり和え とろろ昆布のすまし汁	冷やし中華 シューマイ インゲンのピーナツ和え	ごはん あじの梅香煮 高野豆腐の含め煮 ひじきの和風サラダ 玉ねぎのみそ汁
中間食	水ようかん	◎清涼茶会 マンゴープリン 上生 なでしこ	珈琲クリームワッフル	クレープ(チョコ)	しっとりどら焼き(こしあん)	ソフトシュークリーム	ドームケーキ(いちご)
夕食	ごはん 白身魚の香草焼き 肉団子のデミグラスソース煮 そら豆とハムのサラダ	ごはん 鶏の唐揚げ 小松菜の卵炒め 冷奴	ごはん さわらの塩麹焼き 里芋の田楽 ほうれん草のごま和え	ごはん 豆腐とひき肉の中華煮 キャベツとパプリカの炒め物 さつま芋サラダ	ごはん 和風オープンオムレツ ブロッコリーの塩だれ炒め 切干大根のサラダ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 小松菜の煮浸し ごま豆腐	ごはん 蒸し鶏のごまダレ 人参しりしり からし菜の酢味噌和え



8月 献立一覧表

2026年8月 [高山ちどり]

	31(月)						
朝食	◎洋定食 食パン・りんごジャム マカロニのケチャップ炒め オクラの青じそドレッシング 和え 牛乳						
昼食	ごはん 肉団子と野菜の煮物 ジャーマンポテト 大根の浅漬け わかめのすまし汁						
中間食	抹茶プリン						
夕食	ごはん お好み焼き(海老) 大豆の煮物 しろ菜のワサビ和え						