

日付	曜	朝 食 エネルギー	夕 食 エネルギー	備 考
8月31日	木	 517 kcal	救給カレー (非常食) わかめスープ ★とんかつ (盲学校リクエスト) マヨネーズ和え かぼちゃ蒸しパン 767 kcal	防災 メニュー
1日	金	麦ごはん きゃべつのみそ汁 レンコン入りつくね きのこソテー 517 kcal		
4日	月	ごはん 切り干し大根のみそ汁 いわし梅煮 小松菜の煮びたし 530 kcal	ごはん きのこと鶏ひき肉のスープ 白身魚トビゴットソース じゃがいもと牛肉のきんぴら ケーキ 779 kcal	誕生会
5日	火	麦ごはん 平麺スープ クリスマスチキン レンコンの昆布煮 542 kcal	ごはん ★たまごスープ (盲学校リクエスト) 焼き肉風炒め ナムル 桃ソースのブラマンジェ 807 kcal	
6日	水	麦ごはん じゃがいものみそ汁 厚焼き卵焼き ちくわと野菜の煮物 504 kcal	ごはん 肉豆腐 魚のピリ辛焼き 酢みそ和え 792 kcal	
7日	木	麦ごはん さといものみそ汁 いかネギ焼き 野菜ソテー ヤクルト 530 kcal	ごはん やさいスープ バーベキューポーク たまごサラダ 721 kcal	
8日	金	麦ごはん 油揚げのみそ汁 和風きんぴら包み焼き ベーコンと野菜炒め 546 kcal		
11日	月	ごはん かぼちゃのみそ汁 さんまみぞれ煮 小松菜の煮びたし 548 kcal	ごはん 中華スープ 手作り春巻き 焼豚ときくらげの和え物 パパロアシュー 701 kcal	
12日	火	パン (メロン、バター、コーン) 黒豆きなこクリーム コンソメスープ ★トマトオムレツ (聾学校リクエスト) ほうれん草ソテー 515 kcal	ごはん みそけんちん汁 青じそ風味の魚の南蛮漬け しじみと切り干し大根の炒め煮 手作りポテトチップス 710 kcal	
13日	水	麦ごはん なすのみそ汁 ベーコンエッグ じゃがいものきんぴら 523 kcal	★ガーリックライス (盲学校リクエスト) フィアベース タンドリーチキン カラフルサラダ 701 kcal	
14日	木	麦ごはん 豆腐のみそ汁 さばごまみそ煮 れんこんの味噌マヨ炒め 621 kcal	ごはん 親子煮 セレクト 魚の天ぷらの場合⇒ 797 kcal とり肉の天ぷらの場合⇒ 814 kcal 白和え	セレクト
15日	金	麦ごはん ビーフンスープ 鶏肉の照り焼きパティ ウィンナーと野菜のソテー ジョア (ブルーベリー) 583 kcal		
19日	火	ごはん さば生姜煮 肉団子ときのこのスープ アスパラソテー 559 kcal	びりん飯 人参団子汁 鶏肉のさっぱり煮 ひじきマヨネーズサラダ 705 kcal	ふるさと くまさん デー
20日	水	麦ごはん 春雨スープ 厚焼きたまご 豚キムチ炒め 536 kcal	ごはん マーボーなす 餃子 ハンサンスー 706 kcal	
21日	木	麦ごはん えのきのみそ汁 豆腐焼売 もやしと人参のきんぴら 502 kcal	ごはん そうめん汁 アジフライ ゴーヤとツナのサラダ 手作りぶどうゼリー 805 kcal	
22日	金	麦ごはん 根菜みそ汁 ハンバーグ 煮なます ヨーグルト 535 kcal		
25日	月	ごはん ほうれん草のみそ汁 いわしおかが煮 レンコンの昆布煮 548 kcal	ごはん (少なめ) ★ベヘロンチーノ風スパゲッティ (聾学校リクエスト) ささみのチーズ焼き イタリアンサラダ 811 kcal	
26日	火	麦ごはん 厚揚げのみそ汁 ★チキンナゲット (聾学校リクエスト) カレーソテー ヤクルト 554 kcal	ごはん 肉じゃが ★焼き魚 (盲学校リクエスト) 酢の物 お月見団子 (みたらし) 815 kcal	十五夜 メニュー
27日	水	麦ごはん わかめのみそ汁 根菜肉詰め信田煮 筑前煮 537 kcal	★オムライス (盲学校リクエスト) ごま豆乳スープ 魚のムニエル 大豆とフロッコリーのサラダ 708 kcal	
28日	木	麦ごはん ワンタンスープ 魚のマヨネーズ焼き コーンバター炒め 518 kcal	ごはん 切り干し大根のみそ汁 チキン南蛮 れんこんの味噌マヨ炒め 863 kcal	
29日	金	麦ごはん 大根のみそ汁 照り焼きチキン 菜焼き 523 kcal		

舎食回数：盲学校・聾学校・・・朝20回、夕16回  
※献立は変更される場合があります。

食欲しまっか  
り  
ていますか。

・脳のスイッチ  
・体のスイッチ  
・おなかの  
スイッチ

が入り、元  
気に活動す  
ることができ  
ます。  
朝食時間より  
も30分前  
には起床し  
て、朝食は  
ゆつくり  
よく噛んで  
食べましょ  
う。



防災の日  
～9月1日～  
政府、地方  
公共団体等  
関係諸機関  
をはじめ、広  
く国民が台  
風、高潮、津  
波、地震等の  
災害につい  
ての認識を  
深め、対処す  
る心構えを  
準備するた  
めに制定さ  
れた防災啓  
発デーです。  
前日の8月  
31日は非常  
食の「救給カ  
レー」を予  
定しています。  
災害への備  
え等につい  
て、この機会  
には是非直  
視してみてください！

\*8月・9月  
が旬の食材\*  
・オクラ  
・なす  
・きゅうり  
・トマト  
・きんぴら  
・さといも  
・かつお  
・サンマ  
など

