

2025年 8月 献立表

よこはまりパークサイド泉川のぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付					1
昼食					ご飯 豚肉の生姜炒め かぼちゃのごま和え 味噌汁(ほうれん草)
カロリー/塩分					601kcal 2.4g
日付	4	5	6	7	8
昼食	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ポテトサラダ おすい物(そうめん)	オムライス レタスサラダ いちごババロア ストロベリーソースかけ スープ(キャベツ)	ご飯 回鍋肉 切干大根の中華サラダ チンゲン菜とコーンのとろみスープ	ココア揚げパン 鶏肉のチリコンカン さつま芋のコロコロサラダ プリン カラメルソースかけ	ミートソーススパゲッティ フレンチサラダ ぶどうゼリー スープ(しめじ)
カロリー/塩分	600kcal 2.3g	605kcal 2.1g	606kcal 2.5g	602kcal 2.2g	599kcal 2.5g
日付	11	12	13	14	15
昼食	ピリ辛アボカドそばろ丼 ツナトマトサラダ じゃが芋の豆乳味噌スープ	冷やしラーメン 春巻き もやしと豚肉の中華和え 白桃缶	わかめご飯 鱈の西京焼き かぼちゃと卵のサラダ おすい物(花魁)	スタミナ丼 小松菜のマヨポン和え バナナムース 味噌汁(えのき)	ご飯 あじの南蛮漬け さつまいもとがんもの煮物 味噌汁(大根)
カロリー/塩分	601kcal 2.3g	601kcal 2.8g	599kcal 2.2g	606kcal 3.1g	603kcal 2.4g
日付	18	19	20	21	22
昼食	冷しきつねそば 鶏とじゃがいもの炒め煮 ほうれん草のわさび和え 水ようかん	ご飯 鯖のおろしあんかけ キャベツとハムのマリネ 味噌汁(かぼちゃ)	夏野菜カレー コーンサラダ スープ(アスパラ)	海鮮塩焼きそば 寒天ミルクプリン みかんのせ 中華スープ(卵)	チキンライス カニ風味サラダ じゃがいもポタージュ
カロリー/塩分	602kcal 3.1g	600kcal 2.3g	605kcal 2.5g	601kcal 2.7g	608kcal 2.4g
日付	25	26	27	28	29
昼食	ご飯 ハンバーグ デミソースかけ アスパラとじゃが芋のフレンチ和え 味噌汁(キャベツ)	パン 夏野菜のグラタン 花野菜のドレ和え チョコババロア	冷し中華(ごまダレ) シューマイ 春雨の炒め物	塩昆布ご飯 プリの竜田揚げポン酢ネギソース オクラのおかか和え 味噌汁(さつま芋)	ご飯 肉じゃが ツナサラダ 味噌汁(なす)
カロリー/塩分	610kcal 2.1g	600kcal 3.3g	605kcal 3.7g	612kcal 2.4g	602kcal 2.4g

仕入れ等の都合により献立を変更する場合がございますのでご了承ください。・太字は新メニュー&リクエストメニューになります