



2026年8月 予定献立表 グリーンズ湘南



	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)
朝	ご飯 豆腐のチャンプルー 人参の金平 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 がんもと野菜の煮物 納豆 ゴーヤおかかマヨ和え 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 高野豆腐の卵炒め じゃが芋金平 梅干し 味噌汁 ヨーグルト	トースト ソーセージ入リスクランブル 千切り野菜サラダ ミルクティ ヨーグルト	ご飯 はんぺんの炒り卵 納豆 南瓜そぼろあん みそ汁 ヨーグルト
昼	冷やしとろろそば 南蛮漬け	パン 鶏肉のカレー煮込み スパゲティーサラダ コンソメスープ	きじ焼きどんぶり 印元胡麻和え お吸い物	彩り野菜冷やしそうめん 野菜のツナ和え	三色丼 きのこの豆腐の煮込み お吸い物
夜	お赤飯 つくねの照り焼き トマトとオクラのお浸し 焼き茄子梅だれ お吸物	ご飯 鯖の塩焼き 肉じゃが 酢の物 お吸い物 果物	ご飯 手作りしゅうまい ナムル 冷やしトマト かきたま汁	ご飯 豚の角煮 豆腐と塩昆布のサラダ 胡瓜の梅和え お吸い物	ごはん 牛肉のしぐれ煮 酢の物 トマトシロップ煮 お吸い物

	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)
朝	ご飯 ベーコンとしめじの炒り卵 茹で野菜のおかか和え 漬物 味噌汁 ヨーグルト	トースト 巣ごもり卵 ポテトサラダ ミルクティ ヨーグルト	五目雑炊 鯖と野菜の和え物 胡瓜の味噌マヨ和え 梅干し ヨーグルト	ご飯 車麩と野菜の煮物 納豆 そうめんサラダ みそ汁 ヨーグルト	ご飯 豆腐のチャンプルー ピーマンの煮浸し 漬物 味噌汁 ヨーグルト
昼	蒸しパン チリコンカン ポタージュ プリン	冷やし中華 杏仁豆腐	麦ご飯 豚キムチ豆腐 ビーンズサラダ サンラータンスープ	パン タンドリーチキン ミモザサラダ コンソメスープ	麦とろご飯 棒々鶏 ゴーヤ酢漬け かきたま汁
夜	生姜ご飯 茄子と味噌の豚バラ巻き 蒲鉾と胡瓜のワサマヨ和え 煮豆 お吸い物	ご飯 回鍋肉 蒸し茄子ゴマダレ トマトの甘酢 お吸物	季節のカレーライス ビーンズサラダ コンソメスープ ブドウゼリー	ご飯 鮭とじゃが芋甘味噌照焼 カニカマのコーンマヨサラダ あんかけ温豆腐 お吸い物	ご飯 鯖の粕漬け焼き 五目豆 茄子味噌炒め 味噌汁 果物



2026年8月 予定献立表
グリーンズ湘南



	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
朝	トースト ソーセージと野菜のソテー ゴーヤとツナのサラダ ミルクティ ヨーグルト	ご飯 厚揚げ挽肉オイスター煮 じゃが芋金平 梅干し みそ汁 ヨーグルト	ご飯 きのこの炒り卵 ピーマン味噌炒め 佃煮 みそ汁 ヨーグルト	トースト スクランブルエッグ 角切りサラダ カフェオレ ヨーグルト	ご飯 車麩の煮物 納豆 千切野菜の和え物 味噌汁 ヨーグルト
昼	冷やしたぬきそば キャベツとささみの しそ風味サラダ	牛丼 キムチヤッコ 味噌汁	パン 鶏肉のグリル ｶﾙﾅｰｽ ポタージュ プリン	五目素麺 キャベツのツナマヨ和え	ちらし寿司 さつま揚げと南瓜の煮物 お吸い物 水ようかん
夜	菜飯 冷しゃぶ 南瓜煮物 トマト胡麻和え お吸物	ご飯 かじきソテー野菜あん 高野豆腐の煮物 塩昆布あえ お吸い物	焼き鯖混ぜ寿司 とろじゃがそばろあん 蒸し茄子 お吸い物 果物	ご飯 豚肉の旨だれ焼き オクラとトマトの胡麻和え 茄子の甘酢絡め お吸い物	カレーライス 野菜サラダ コンソメスープ りんごゼリー

	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)
朝	ご飯 ゴーヤチャンプルー きゅうりとツナの和え物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 はんぺんの炒り卵 納豆 ゴーヤのマヨサラダ 味噌汁 ヨーグルト	オニオンソーセージトースト 蒸し野菜&蒸し卵 カフェオレ ヨーグルト	坦々風おじや キャベツのツナマヨ和え 胡瓜のゆかり和え ヨーグルト	ご飯 ベーコンとしめじの炒り卵 がんもの煮物 漬物 味噌汁 ヨーグルト
昼	ミックスサンド コンソメスープ バナナ	炒飯 棒棒鶏 ワカメスープ	スパゲティミートソース ビーンズサラダ コンソメスープ	ご飯 チャプチェ オクラおろし酢和え わかめスープ	パン チキンのガーリックソテー ビシソワーズ バナナ
夜	ご飯 ひじきの豆腐ハンバーグ レバーの生姜煮 竹輪と枝豆の和風ポテサラ お吸い物	ご飯 鮭の塩焼き 千草焼き 胡麻和え 味噌汁 果物	ご飯 塩昆布と枝豆の鶏団子 三色なます とろじゃが お吸い物	ごはん 鶏の照焼 白和え 漬物 お吸い物	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 卵スープ 杏仁豆腐



2026年8月 予定献立表

グリーنز湘南



	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)	25日(火)
朝	トースト スクランブルエッグ イタリアンサラダ カフェオレ ヨーグルト	ご飯 チャンプルー 納豆 漬物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 ベーコンエッグ 竹輪と野菜の煮物 梅干し 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 はんぺんと卵の煮物 納豆 沢庵ともやしの和え物 味噌汁 ヨーグルト	ピザトースト 卵と温野菜 カフェオレ ヨーグルト
昼	カレーうどん フルーツゼリー	ご飯 鶏ひき肉の大判焼き きのこの練りごま和え お吸い物	パン ミートボール 野菜スープ コーヒーゼリー	麦ごはん 豚肉と野菜の黒酢炒め ツナじゃが煮 味噌汁	茄子・オクラ汁 冷やしつけうどん だし巻き卵 抹茶小豆寒天
夜	ご飯 牛のしぐれ煮 蒸し茄子 海苔塩ポテト 味噌汁	マグロ漬け寿司 高野豆腐の含め煮 煮豆 お吸い物 梅ゼリー	ご飯 鯖の山椒焼き なめ茸やつこ 五目金平 お吸い物 果物	ご飯 鯖の味噌煮 ひじきとオクラのサラダ ピーマンの胡麻和え お吸い物	菜飯 鶏肉の治部煮 厚揚げの味噌炒め 酢の物 お吸物

	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)
朝	ご飯 がんもと大根の煮物 納豆 胡麻マヨ和え 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 きのこの炒り卵 ひじきと大豆の煮物 梅干し みそ汁 ヨーグルト	トースト トマトチーズスクランブル ポテトサラダ カフェオレ ヨーグルト	卵雑炊 ソーセージと野菜炒め物 トマトシロップ漬け ヨーグルト	ご飯 麩チャンプルー 塩昆布和え 煮豆 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 トロミ卵とじ 三色金平 梅干し 味噌汁 ヨーグルト
昼	ご飯 豚肉の生姜焼き おくら煮浸し お吸い物 桃ゼリー	パン チキンピカタ ミネストローネ プリン	豚肉高菜とろろごはん 五目ごま和え お吸い物	蒸しパン ポークビーンズ コンソメスープ バナナ	あんかけ焼きそば 杏仁豆腐	麦ご飯 豚肉の旨だれ焼き 枝豆と竹輪の和風ポテサラ 味噌汁
夜	ガーリックライス カジキのソテー コーンサラダ 野菜スープ トマトのシロップ煮	ご飯 鮭の塩焼き 炒り豆腐 酢の物 お吸い物	ご飯 ハ宝菜 レバーの生姜煮 酢の物 味噌汁	ご飯 鰯の生姜煮 肉じゃが 酢の物 お吸い物 果物	ご飯 豆腐の甘辛肉巻き ひじきの煮物 なます お吸物	カレーライス マリネサラダ かきたまスープ りんごゼリー

※都合によりメニューが変更になる場合がありますがご了承ください。