



令和8年 8月 給食献立表



3日(月曜日)	4日(火曜日)	5日(水曜日)	6日(木曜日)	7日(金曜日)
夏休み	夏休み	夏休み	夏休み	夏休み
10日(月曜日)	11日(火曜日)	12日(水曜日)	13日(木曜日)	14日(金曜日)
夏休み	夏休み	夏休み	夏休み	夏休み
17日(月曜日)	18日(火曜日)	19日(水曜日)	20日(木曜日)	21日(金曜日)
高3登校日 給食なし	八宝菜 さつま芋レモン煮 デザート 中華スープ	若どりと根菜の甘酢あえ わかめサラダ 漬物 お吸物	冷製サラダうどん 温泉卵 肉まん デザート	夏休み
	E :906kcal/P:28.2g /F:28.4g	E :1020kcal/P:38.1g /F:35.2g	E :1069kcal/P:29.9 g /F:28.3 g	
	高3のみ給食	高3のみ給食	高3のみ給食	
24日(月曜日)	25日(火曜日)	26日(水曜日)	27日(木曜日)	28日(金曜日)
唐揚げ パンプキンサラダ 漬物 中華スープ	白身魚スイートチリ ふかし芋 漬物 ポトフ	牛丼 夏野菜サラダ ピリ辛こんにゃく デザート	冷やし中華 もやしの和え物 デザート	豚みそ炒め 蒸し野菜 漬物 お吸物
E :1085kcal/P:34.9g /F:42.0g	E :986kcal/P:38.2g /F:28.4g	E :1066kcal/P:35.1g /F:27.1g	E :965kcal/P:29.8g /F:14.3g	E :1042kcal/P:28.5g /F:32.0g
リクエスト食			リクエスト食	
31日(月曜日)				
きつねうどん かしわ天 竹輪天 漬物				
E :937kcal/P:25.1g /F:33.2g				
麺献立				

*デザート：手作りケーキなどだけではなく、旬の果物が含まれます。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

						8/1(土)	8/2(日)
朝						和食バイキング	洋食バイキング
						E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g
昼						きのこハンバーグ フライドポテト デザート コンソメスープ	鳥スパイス焼き ブロッコリーサラダ 漬物 お吸物
						E:1087kcal P:36.1g F:30.9g	E:980kcal P:34.1g F:30.9g
夕						きつねそば 肉まん ひじき煮物 デザート	赤魚の中華あん ひじきのあえもの 蒸し野菜 中華スープ 混ぜご飯
						E:904kcal P:29.7g F:33.8g	E:995kcal P:39.8g F:28.7g
合計						E:2783kcal P:100.8g F:84.1g	E:2800kcal P:114.9g F:89.6g

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

	8/3(月)	8/4(火)	8/5(水)	8/6(木)	8/7(金)	8/8(土)	8/9(日)
朝	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング
	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g
昼	タンメン 焼売 ポテトサラダ デザート	回鍋肉 ほうれん草お浸し 漬物 中華スープ	照り焼きチキン ふかし芋 漬物 お吸物	豚キムチ炒め きんぴらごぼう 漬物 中華スープ	鶏肉の葱味噌焼き キムチ奴 漬物 お吸物	牛肉旬菜炒め きんぴらごぼう 漬物 中華スープ	豚焼肉 グラッセサラダ デザート お吸物
	E:1044kcal P:31.8g F:29.1g	E:922kcal P:36.4g F:27.2g	E:1148kcal P:25.7g F:38.2g	E:967kcal P:34.5g F:26.6g	E:958kcal P:28.0g F:23.7g	E:974kcal P:39.1g F:31g	E:913kcal P:35.3g F:33.4g
夕	ムースルー ブロッコリー卵炒め ツナマカロニサラダ 中華スープ	唐揚げ かに風味酢の物 ベーコンえのきバター醬 お吸物	牛肉の葱炒め ジャーマンポテト パスタ コンソメスープ	鶏のハニーマスタード チンゲン菜桜えび和え キャベツのツナ和え コンソメスープ	きつねうどん 焼鳥 さつま芋レモン煮 デザート	ハンバーグ きんぴらごぼう にら玉炒め コンソメスープ	旬菜チキン 冷ややっこ ふかし芋 中華スープ
	E:997kcal P:23.8g F:25.9g	E:1014kcal P:31.2g F:41.5g	E:956kcal P:36.4g F:36.5g	E:963kcal P:24.8g F:20.9g	E:1057kcal P:21.3g F:35.1g	E:917kcal P:30.5g F:37.2g	E:966kcal P:20.6g F:27.8g
合計	E:2833kcal P:90.6g F:74.4g	E:2761kcal P:108.6g F:98.7g	E:2896kcal P:97.1g F:94.1g	E:2755kcal P:100.3g F:77.5g	E:2807kcal P:84.3g F:78.2g	E:2683kcal P:104.6g F:87.6g	E:2704kcal P:96.9g F:91.2g

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

	8/10(月)	8/11(火)	8/12(水)	8/13(木)	8/14(金)	8/15(土)	8/16(日)
朝	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング
	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g
昼	白身魚マヨネーズ焼き キャベツしめじ炒め 漬物 お吸物	ミソラーメン 餃子 小松菜とあげ浸し デザート	豚みそ炒め ごぼうサラダ 漬物 お吸物	ハンバーグ グラッセサラダ デザート コンソメスープ	スパイスチキン さつま芋レモン煮 漬物 中華スープ	鳥そば 焼売 えのきわかめ デザート	ツナそぼろごはん スパゲッティサラダ 漬物 お吸物
	E:962kcal P:27.0g F:32.4g	E:1069kcal P:29.9g F:28.3g	E:985kcal P:37.9g F:30.5g	E:975kcal P:28.7g F:27.8g	E:1061kcal P:32.6g F:35.5g	E:1005kcal P:31.2g F:32.8g	E:985kcal P:34.1g F:30.3g
夕	豚肉と旬菜炒め 小松菜とアゲ浸し スナップエンドウの玉子炒め お吸物	チキン南蛮 厚揚げの中華煮 きんぴらレンコン 中華スープ	肉そば 肉焼売 チンゲン菜和え デザート	鳥ハニーマスタード さつま芋レモン煮 スナップえんどう和え コンソメスープ	さけの石垣揚げ 棒棒鶏サラダ グラッセサラダ お吸物	鳥肉バジル焼き いんげんのおかか和え 青梗菜ベーコン炒め コンソメスープ	冷しゃぶサラダうどん 温泉卵 肉まん デザート
	E:1060kcal P:38.8g F:33.3g	E:1029kcal P:35.6g F:35.7g	E:1044kcal P:31.8g F:29.1g	E:922kcal P:28.7g F:28.4g	E:998kcal P:32.9g F:37.9g	E:917kcal P:37.7g F:29.5g	E:1069kcal P:29.9g F:28.3g
合計	E:2814kcal P:100.8g F:85.1g	E:2923kcal P:106.5g F:94g	E:2821kcal P:104.7g F:79g	E:2722kcal P:98.4g F:86.2g	E:2851kcal P:100.5g F:92.8g	E:2714kcal P:103.9g F:81.7g	E:2879kcal P:105g F:88.6g

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

	8/17(月)	8/18(火)	8/19(水)	8/20(木)	8/21(金)	8/22(土)	8/23(日)
朝	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング
	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g
昼	肉豆腐 チンゲン菜きのこ炒め 漬物 中華スープ				豚肉と旬菜炒め ほうれん草お浸し 漬物 中華スープ	鳥おろし煮 マカロニサラダ 漬物 お吸物	さわらのゆずみそかけ 棒棒鶏サラダ デザート お吸い物
	E:1082kcal P:37.7g F:27.5g				E:1011kcal P:36.1g F:32.3g	E:1033kcal P:35.1g F:38.6g	E:962kcal P:27.0g F:32.4g
夕	スパイシーフライドチキン かぼちゃの煮物 カリフラワーマヨ 中華スープ	牛焼肉 バジルパスタ ピーマンツナソテー お吸物	豚しょうが焼き ツナサラダ ジャーマンポテト お吸物	鳥唐揚げ チンゲン菜和え ツナサラダ 中華スープ	ざるうどん 天ぷら ふかし芋 デザート	豚となすの炒め物 ごぼうサラダ さつま芋レモン煮 中華スープ	筑前煮(関西風) 厚揚げの中華炒め ポテトカレー煮 お吸物
	E:1147kcal P:38.8g F:31.3g	E:1054kcal P:25.3g F:35.9g	E:1096kcal P:34g F:21.3g	E:983kcal P:34.2g F:22.2g	E:955kcal P:39g F:33g	E:920kcal P:32.5g F:32.2g	E:919kcal P:37.7g F:22.6g
合計	E:3021kcal P:111.5g F:78.2g	E:2785kcal P:94.5g F:94.3g	E:2908kcal P:107.1g F:75.9g	E:2877kcal P:105.1g F:80.5g	E:2758kcal P:110.1g F:84.7g	E:2745kcal P:102.6g F:90.2g	E:2706kcal P:105.7g F:85g

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

	8/24(月)	8/25(火)	8/26(水)	8/27(木)	8/28(金)	8/29(土)	8/30(日)
朝	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング	和食バイキング	和食バイキング	洋食バイキング
	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:792kcal P:35g F:19.4g	E:825kcal P:41g F:30g
昼						ハンバーグ フライドポテト デザート コンソメスープ	豚キムチ炒め マカロニサラダ 漬物 中華スープ
						E:916kcal P:34.8g F:24.4g	E:989kcal P:31.1g F:29.7g
夕	牛肉スタミナ炒め わかめサラダ ピリ辛こんにゃく 中華スープ	ワンタンメン フライドポテト チンゲン菜和え デザート	鳥ネギみそ焼き キャベツの胡麻和え マカロニサラダ 中華スープ	ルーローハン(台湾) グリルチキン チンゲン菜和え デザート 中華スープ	若どり大根の甘から煮 ブロッコリーの和え物 ピリ辛こんにゃく お吸い物	鳥そば 肉焼売 チンゲン菜和え デザート	サバ味噌焼き 小松菜和え ベーコンえのきバター醤油 中華スープ
	E:983kcal P:33.5g F:35.3g	E:972kcal P:24.8g F:16.8g	E:875kcal P:39.8g F:25.7g	E:983kcal P:34.2g F:22.2g	E:948kcal P:25.7g F:33.2g	E:996kcal P:39.0g F:28.2g	E:973kcal P:38.7g F:31.3g
合計	E:2860kcal P:103.4g F:96.7g	E:2783kcal P:104g F:75.2g	E:2733kcal P:109.9g F:72.2g	E:2773kcal P:105g F:66.5g	E:2782kcal P:89.2g F:84.6g	E:2704kcal P:108.8g F:72g	E:2787kcal P:110.8g F:91g

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。

2026年8月 予定献立表

朝日塾寮

	8/31(月)						
朝	和食バイキング						
	E:792kcal P:35g F:19.4g						
昼	きつねうどん かしわ天 竹輪天 漬物						
夕	ペッパーチキン ポテトサラダ ほうれん草和え お吸い物						
	E:983kcal P:33.5g F:30.3g						
合計	E:2712kcal P:93.6g F:82.9g						

栄養価はエネルギー(E)、たんぱく質(P)、脂質(F)で表記しています。ご飯は250gを目安で計算しています。合計は給食の昼食を含めた栄養価です。

朝食バイキングは【和】ウインナー・目玉焼き・ほうれん草炒め・漬物・生野菜・ごはん・味噌汁
【洋】グリルチキン・スクランブルエッグ・ほうれん草炒め・生野菜・パン・スープ を目安に計算しています。