

富山駐屯地 8月 献立表

駐屯地名物献立 さかなの日献立 希望献立 月曜日は「丼の日」 火曜日は「麺の日」 水曜日は「カレーの日」 郷土産物献立 季節献立

朝飯 昼飯 夕飯

〇地産地消献立
8/2 (日) 昼 「大仏コロッケ」

〇季節献立
8/3 (月) 昼 「うなぎ丼」

〇新献立
8/15 (土) 夕 「各切りサザ」

〇リバイバル献立
8/18 (火) 昼 「演スベシャル」

〇DINING甲子園
8/20 (木) 昼 「富山カレー：大仏コロッケ」
8/27 (木) 昼 「富山カレー：鶏の唐揚げ 塩麹」

〇さかなの日：STA施策（3と7がつく日）

令和8年 夏の「土用丑の日」は7月26日（日）

土用丑の日？

●土用とは：
立春・立夏・立秋・立冬の直前約18日間の「季節の変わり目」を指す期間

●丑の日とは：
昔の暦で日お十二支で数えた際、「丑（うし）」にあたる日のこと

●食べるもの：
「う」のつく食べ物。うなぎ、うどん、梅干し、瓜など

	2 (日)		3 (月)		4 (火)		5 (水)		6 (木)		7 (金)		8 (土)	
朝飯	A パンセット 6 野菜ジュース マンゴー エ 738 エ 84		麦ご飯 (朝) 鮭の味噌汁 オムレツ＆ミートボール (朝) 朝カレー オレンジジュース エ 363A エ 65 エ 279 エ 85 エ 69		麦ご飯 (朝) じゃが芋の味噌汁 鯖味噌汁 (朝) ひきわりミニ納豆 強化牛乳 900ml エ 363A エ 51 エ 216 エ 74 エ 92		ご飯 (朝) しいたけの味噌汁 目玉焼き＆赤ワイン (朝) 納豆・食べるラー油 ぶどうジュース 1L エ 357A エ 37 エ 210 エ 166 エ 69		麦ご飯 (朝) 舞茸の味噌汁 鶏肉のソテー (朝) ひきわりミニ納豆 野菜ジュース エ 363A エ 37 エ 343 エ 74 エ 26		ご飯 (朝) 若布の味噌汁 ベーコンエッグ (朝) 納豆・ツナマヨ エ 357A エ 31 エ 225 エ 163		パンセット 7 強化牛乳 エ 649 エ 112	
	<選択食以外の合計> エ: 822 塩: 3.2 蛋: 21.1 脂: 27.1		<選択食以外の合計> エ: 861 塩: 3.6 蛋: 28.2 脂: 27.6		<選択食以外の合計> エ: 796 塩: 1.8 蛋: 29.4 脂: 24.5		<選択食以外の合計> エ: 839 塩: 1.6 蛋: 23.4 脂: 31.7		<選択食以外の合計> エ: 843 塩: 1.5 蛋: 36.0 脂: 29.2		<選択食以外の合計> エ: 776 塩: 1.8 蛋: 24.5 脂: 30.0		<選択食以外の合計> エ: 761 塩: 3.6 蛋: 24.1 脂: 10.5	
	地産地消献立		季節献立											
昼飯	A 麦ご飯 (昼) なら玉汁 大仏コロッケ きくらげとカラダの和え物 (小鉢) エ 487A エ 49 エ 668 エ 17		うなぎ丼 豆腐の味噌汁 山菜和え エ 902A エ 53 エ 38		わかめご飯 (半減) 冷やし中華 プロコッリとチーズのツナ和え すいか エ 301A エ 400 エ 154 エ 37		ご飯 (昼) レンコンの味噌汁 ピーマンの肉詰め きのこのマリネ エ 460A エ 41 エ 368 エ 41		ビーフカレー チーズ ビーンズサラダ (マヨネーズ和え) ナチュラルカケル (缶) エ 913A エ 102 エ 181 エ 39		ご飯 (昼) なめこの味噌汁 赤魚の唐揚げ もんとしと豆腐の煮物 (小鉢) エ 460A エ 34 エ 300 エ 139		麦ご飯 (昼) とうろろ昆布とオクラの味噌汁 揚げ茄子ピリ辛炒め もんとしと豆腐の和え物 (小鉢) 茹蕎麦ゼリー (ピーチ) エ 487A エ 34 エ 285 エ 60 エ 49	
	<選択食以外の合計> エ: 1221 塩: 4.4 蛋: 30.4 脂: 46.3		<選択食以外の合計> エ: 993 塩: 4.4 蛋: 36.0 脂: 24.6		<選択食以外の合計> エ: 892 塩: 5.8 蛋: 30.7 脂: 16.7		<選択食以外の合計> エ: 910 塩: 3.7 蛋: 32.9 脂: 24.4		<選択食以外の合計> エ: 1235 塩: 5.2 蛋: 37.7 脂: 36.4		<選択食以外の合計> エ: 933 塩: 2.6 蛋: 32.9 脂: 23.9		<選択食以外の合計> エ: 915 塩: 2.7 蛋: 18.7 脂: 16.4	
	A 麦ご飯 (夕) えのきの味噌汁 鶏肉の照焼き かぼちゃの塩バター (小鉢) エ 444A エ 40 エ 486 エ 155		麦ご飯 (夕) 小松菜の味噌汁 豚肉のガーリック炒め トマトのマリネ エ 444A エ 38 エ 357 エ 81		麦ご飯 (夕) 舞茸の味噌汁 揚げだし豆腐 (出雲) とろろ (小鉢) エ 444A エ 37 エ 338 エ 90		ご飯 (夕) 若布と庄内麩のすまし汁 揚げだし豆腐 鶏レバ炒め エ 425A エ 19 エ 529 エ 103		麦ご飯 (夕) もやしの味噌汁 焼売餃子セット 冷奴 エ 444A エ 35 エ 257 エ 48		ご飯 (夕) 紅白ふしとほうろん草の味噌汁 鶏もも肉のビール煮 大根サラダ エ 425A エ 55 エ 437 エ 23		麦ご飯 (夕) しめじの味噌汁 ミニハンバーグ マカロニサラダ エ 444A エ 41 エ 367 エ 249	
夕飯	<選択食以外の合計> エ: 1125 塩: 3.0 蛋: 44.1 脂: 43.5		<選択食以外の合計> エ: 920 塩: 2.5 蛋: 30.6 脂: 29.6		<選択食以外の合計> エ: 909 塩: 3.9 蛋: 33.2 脂: 24.9		<選択食以外の合計> エ: 1076 塩: 3.8 蛋: 33.0 脂: 38.4		<選択食以外の合計> エ: 784 塩: 5.0 蛋: 26.2 脂: 13.0		<選択食以外の合計> エ: 940 塩: 4.3 蛋: 44.3 脂: 27.1		<選択食以外の合計> エ: 1101 塩: 3.8 蛋: 36.0 脂: 37.3	
	9 (日)		10 (月)		11 (火)		12 (水)		13 (木)		14 (金)		15 (土)	
	A パンセット 8 野菜ジュース ベリー エ 648A エ 84		パンセット 9 強化牛乳 エ 905A エ 112		パンセット 10 豆乳飲料 紅茶 エ 534A エ 128		パンセット 11 強化牛乳 エ 604A エ 112		パンセット 12 野菜ジュース マンゴー エ 744A エ 84		パンセット 13 強化牛乳 エ 644A エ 112		パンセット 14 豆乳飲料 抹茶 エ 621A エ 128	
<選択食以外の合計> エ: 732 塩: 2.7 蛋: 17.9 脂: 25.2		<選択食以外の合計> エ: 1017 塩: 3.4 蛋: 22.5 脂: 54.9		<選択食以外の合計> エ: 662 塩: 2.4 蛋: 19.5 脂: 20.1		<選択食以外の合計> エ: 716 塩: 2.1 蛋: 20.1 脂: 31.0		<選択食以外の合計> エ: 828 塩: 4.0 蛋: 28.4 脂: 26.9		<選択食以外の合計> エ: 756 塩: 1.8 蛋: 23.1 脂: 37.5		<選択食以外の合計> エ: 749 塩: 2.1 蛋: 26.9 脂: 36.7		
昼飯	A 麦ご飯 (昼) じゃが芋の味噌汁 鶏肉とごぼうの卵とじ グリーンサラダ エ 487A エ 51 エ 427 エ 18		牛丼 小松菜の味噌汁 じゃがいも明太サラダ (小鉢) エ 895A エ 38 エ 130		ゆかりご飯 (半減) 冷やしすめん アジフライ (小鉢) 水ようかん (抹茶) エ 291A エ 469 エ 174 エ 17		麦ご飯 (昼) 五香の味噌汁 麻婆豆腐 海老ニラ焼きまん エ 487A エ 39 エ 370 エ 89		シーフードカレー 福神漬 サラダ (海藻、豆) フルーツヨーグルト (バナナ) エ 1010A エ 27 エ 47 エ 44		麦ご飯 (昼) 舞茸の味噌汁 梅干し ジャンボシュウマイ エ 487A エ 36 エ 256 エ 88		麦ご飯 (昼) レンコンの味噌汁 チーズハンバーグ もやしとパプリカのナムル (小鉢) ミニシュクリーム エ 487A エ 36 エ 279 エ 59	
	<選択食以外の合計> エ: 983 塩: 3.7 蛋: 40.2 脂: 24.1		<選択食以外の合計> エ: 1063 塩: 3.8 蛋: 25.4 脂: 32.4		<選択食以外の合計> エ: 951 塩: 9.8 蛋: 33.3 脂: 23.0		<選択食以外の合計> エ: 985 塩: 6.1 蛋: 39.5 脂: 28.4		<選択食以外の合計> エ: 1128 塩: 6.5 蛋: 31.7 脂: 28.0		<選択食以外の合計> エ: 867 塩: 6.4 蛋: 47.5 脂: 9.4		<選択食以外の合計> エ: 1143 塩: 3.4 蛋: 30.2 脂: 47.4	
	A 麦ご飯 (夕) 大根と人参の味噌汁 牛肉みそだれ焼き 明太サラダ豆腐 エ 444A エ 40 エ 435 エ 149		麦ご飯 (夕) 里芋の味噌汁 ポークチャップ 人参ともやしのお浸し (小鉢) エ 444A エ 59 エ 590 エ 98		麦ご飯 (夕) 薄揚げの味噌汁 ハニーマスタードチキン エリンギおろしポン酢 エ 444A エ 83 エ 643 エ 43		麦ご飯 (夕) 若布の味噌汁 牛肉の野菜炒め かぼちゃサラダ (パック) エ 444A エ 30 エ 231 エ 154		麦ご飯 (夕) にら玉汁 ポークステーキ 水菜と小松菜の梅肉和え エ 444A エ 49 エ 362 エ 37		日替弁当 A 緑茶 (紙パック) エ 800A エ 4		麦ご飯 (夕) なすの味噌汁 肉豆腐 角切りサザ エ 444A エ 35 エ 503 エ 66	
夕飯	<選択食以外の合計> エ: 1068 塩: 2.4 蛋: 38.8 脂: 39.6		<選択食以外の合計> エ: 1191 塩: 3.8 蛋: 41.4 脂: 46.5		<選択食以外の合計> エ: 1213 塩: 3.6 蛋: 47.1 脂: 52.2		<選択食以外の合計> エ: 859 塩: 2.2 蛋: 31.2 脂: 22.7		<選択食以外の合計> エ: 892 塩: 4.4 蛋: 28.0 脂: 30.0		<選択食以外の合計> エ: 804 塩: 2.5 蛋: 42.0 脂: 31.0		<選択食以外の合計> エ: 1048 塩: 1.9 蛋: 31.4 脂: 44.8	
	16 (日)		17 (月)		18 (火)		19 (水)		20 (木)		21 (金)		22 (土)	
	A パンセット 15 野菜ジュース 200ml エ 797A エ 68		麦ご飯 (朝) えのきの味噌汁 フランク＆ミートボール 朝カレー 強化牛乳 900ml エ 363A エ 39 エ 314 エ 85 エ 92		ご飯 (朝) 小松菜の味噌汁 クンドリーチキン (朝) 納豆 バイナップルジュース エ 357A エ 37 エ 305 エ 74 エ 69		ご飯 (朝) めしこの味噌汁 ベーコンエッグ (朝) 納豆・明太子 野菜ジュース エ 357A エ 34 エ 226 エ 86 エ 26		麦ご飯 (朝) なめこの味噌汁 焼きそば＆シュウマイ 納豆 ぶどうジュース 1L エ 363A エ 34 エ 214 エ 86 エ 92		ご飯 (朝) じゃが芋の味噌汁 白身魚のやわらか豆腐と風あん 納豆・キムチ 強化牛乳 1L エ 357A エ 51 エ 259 エ 79 エ 69		パンセット 1 強化牛乳 エ 920A エ 112	
<選択食以外の合計> エ: 865 塩: 2.0 蛋: 17.6 脂: 39.2		<選択食以外の合計> エ: 893 塩: 3.9 蛋: 26.3 脂: 36.5		<選択食以外の合計> エ: 842 塩: 1.7 蛋: 13.4 脂: 5.3		<選択食以外の合計> エ: 729 塩: 2.5 蛋: 25.2 脂: 21.8		<選択食以外の合計> エ: 777 塩: 2.2 蛋: 23.0 脂: 17.7		<選択食以外の合計> エ: 815 塩: 2.8 蛋: 22.8 脂: 22.8		<選択食以外の合計> エ: 1032 塩: 4.4 蛋: 32.3 脂: 51.0		
昼飯	A 麦ご飯 (昼) たまごスープ 鶏の唐揚げ きこのガーリック (小鉢) エ 487A エ 12 エ 530 エ 67		ねばねば丼 鮭と三ツ葉の味噌汁 春巻き エ 795A エ 47 エ 298		チャーハン (半減) 冷やしラーメン 焼き餃子 (小鉢) 杏仁豆腐 エ 230A エ 481 エ 93 エ 68		ご飯 (昼) 若布の味噌汁 とり天 山菜和え エ 460A エ 30 エ 562 エ 38		富山カレー (大仏コロッケ) 福神漬 アスパラサラダ フルーツヨーグルト (バナナ) カフェオレ (パック) 1L エ 1287A エ 27 エ 18 エ 44 エ 84		ご飯 (昼) ふかひれスープ 青梗肉餅 胡瓜若布の酢の物 エ 460A エ 10 エ 363 エ 6		麦ご飯 (昼) しめじとえのきの味噌汁 コロッケ盛合せ 春雨サラダ (パック) 茹蕎麦ゼリー (オレンジ) エ 487A エ 47 エ 510 エ 80 エ 49	
	<選択食以外の合計> エ: 1096 塩: 2.0 蛋: 38.2 脂: 38.1		<選択食以外の合計> エ: 1140 塩: 8.1 蛋: 30.4 脂: 24.7		<選択食以外の合計> エ: 872 塩: 9.6 蛋: 38.1 脂: 22.2		<選択食以外の合計> エ: 1090 塩: 4.5 蛋: 42.9 脂: 28.4		<選択食以外の合計> エ: 1460 塩: 5.6 蛋: 47.4 脂: 43.2		<選択食以外の合計> エ: 839 塩: 1.9 蛋: 21.1 脂: 31.1		<選択食以外の合計> エ: 1169 塩: 3.3 蛋: 20.1 脂: 41.4	
	A 麦ご飯 (夕) 豆腐の味噌汁 豚みそ焼き こんちゃくと里芋の煮物 (小鉢) エ 444A エ 52 エ 658 エ 52		麦ご飯 (夕) 玉葱の味噌汁 赤魚の煮付け ほうろん草ハムバター炒め エ 444A エ 39 エ 242 エ 87		ご飯 (夕) あさりの味噌汁 牛肉のソース炒め かぼちゃうま煮 (小鉢) エ 425A エ 61 エ 323 エ 93		ご飯 (夕) 里芋の味噌汁 豚肉の生煮焼き 竹の子と小松菜のお浸し (小鉢) エ 425A エ 58 エ 511 エ 21		麦ご飯 (夕) レンコンの味噌汁 きくらげのツナ玉炒め キムチ飯 (小鉢) エ 444A エ 41 エ 273 エ 43		麦ご飯 (夕) あさりの味噌汁 鶏肉のぼん酢かけ もやしとザーサイの炒め物 (小鉢) エ 444A エ 61 エ 314 エ 31		麦ご飯 (夕) 薄揚げの味噌汁 もやし炒め かに風味酢の物 エ 444A エ 83 エ 449 エ 56	
夕飯	<選択食以外の合計> エ: 1206 塩: 4.2 蛋: 45.8 脂: 45.0		<選択食以外の合計> エ: 812 塩: 3.0 蛋: 36.4 脂: 14.9		<選択食以外の合計> エ: 902 塩: 4.0 蛋: 39.1 脂: 13.7		<選択食以外の合計> エ: 1015 塩: 3.0 蛋: 38.2 脂: 34.3		<選択食以外の合計> エ: 801 塩: 6.3 蛋: 25.2 脂: 21.0		<選択食以外の合計> エ: 831 塩: 6.2 蛋: 46.4 脂: 15.5		<選択食以外の合計> エ: 1032 塩: 4.1 蛋: 27.4 脂: 43.9	
	23 (日)		24 (月)		25 (火)		26 (水)		27 (木)		28 (金)		29 (土)	
	A パンセット 2 野菜ジュース ベリー エ 831A エ 84		麦ご飯 (朝) 若布の味噌汁 ミートボールとナポリタン (朝) 朝カレー バイナップルジュース エ 363A エ 30 エ 293 エ 85 エ 69		麦ご飯 (朝) えのきの味噌汁 鶏肉のソテー (朝) 納豆 牛乳 エ 363A エ 39 エ 312 エ 74 エ 92		ご飯 (朝) 豆腐の味噌汁 フランク＆ミートボール 納豆・明太子 カフェオレ (パック) 1L エ 357A エ 54 エ 320 エ 86 エ 84		麦ご飯 (朝) 里芋の味噌汁 ウインナー野菜炒め (朝) 温泉卵 (手作り) 乳酸菌飲料 エ 363A エ 58 エ 339 エ 61 エ 96		ご飯 (朝) 舞茸の味噌汁 焼きそば＆シュウマイ 納豆・ツナマヨ ぶどうジュース 1L エ 357A エ 36 エ 214 エ 163 エ 69		パンセット 3 強化牛乳 エ 810A エ 112	
<選択食以外の合計> エ: 915 塩: 2.8 蛋: 18.4 脂: 49.4		<選択食以外の合計> エ: 840 塩: 3.6 蛋: 18.5 脂: 24.1		<選択食以外の合計> エ: 880 塩: 1.4 蛋: 38.7 脂: 32.5		<選択食以外の合計> エ: 901 塩: 3.4 蛋: 32.8 脂: 34.6		<選択食以外の合計> エ: 917 塩: 2.1 蛋: 24.1 脂: 31.4		<選択食以外の合計> エ: 839 塩: 2.2 蛋: 21.3 脂: 21.0		<選択食以外の合計> エ: 922 塩: 1.9 蛋: 19.8 脂: 36.8		
昼飯	A 麦ご飯 (昼) きくらげと小松菜のスープ 麻婆春雨 たまごサラダ (パック) エ 487A エ 20 エ 363 エ 221		チキン南蛮丼 なすの味噌汁 里芋とごぼうの生姜煮 エ 959A エ 35 エ 68		ご飯 (半減) 演スベシャル 温泉卵 (手作り) ピリ辛揚げナス (小鉢) シャーベットのアイス エ 287A エ 795 エ 61 エ 93 エ 81		ご飯 (昼) とろろ昆布とオクラの味噌汁 鶏肉ときのこニラの辛味噌炒め もやしとパプリカのナムル (小鉢) エ 460A エ 34 エ 300 エ 77		富山カレー (塩麹唐揚げ) 福神漬 海藻サラダ (ひじき、枝豆) グラノーラヨーグルト カフェオレ (パック) 1L エ 1247A エ 27 エ 41 エ 66 エ 84		ご飯 (昼) 紅白ふしとほうろん草の味噌汁 ゴーヤチャンプル マカロニの明太和え (小鉢) サーターアンダギー エ 460A エ 55 エ 421 エ 175 エ 297		麦ご飯 (昼) 鮭と三ツ葉の味噌汁 大きなメンチカツ 里芋と人参の煮物 (小鉢) シャーベットのアイス エ 487A エ 47 エ 469 エ 69 エ 81	
	<選択食以外の合計> エ: 1091 塩: 5.9 蛋: 31.1 脂: 38.5		<選択食以外の合計> エ: 1062 塩: 2.6 蛋: 34.3 脂: 31.2		<選択食以外の合計> エ: 1317 塩: 21.9 蛋: 43.2 脂: 46.5		<選択食以外の合計> エ: 871 塩: 2.3 蛋: 46.2 脂: 15.9		<選択食以外の合計> エ: 1465 塩: 7.4 蛋: 45.0 脂: 51.3		<選択食以外の合計> エ: 1408 塩: 3.4 蛋: 38.1 脂: 52.9		<選択食以外の合計> エ: 1153 塩: 3.2 蛋: 29.5 脂: 32.0	
	A 麦ご飯 (夕) しいたけの味噌汁 カレー唐揚げ がんもどきの煮物 (小鉢) エ 444A エ 36 エ 238 エ 110		麦ご飯 (夕) 厚揚げの味噌汁 煮込みハンバーグ ポテトサラダ エ 444A エ 87 エ 268 エ 218		麦ご飯 (夕) じゃが芋の味噌汁 フルコギ とろろ (小鉢) エ 444A エ 51 エ 381 エ 84		ご飯 (夕) 小松菜の味噌汁 ロールキャベツとベーコン煮 スバゲティサラダ エ 425A エ 37 エ 460 エ 178		麦ご飯 (夕) けんちん汁 鶏の塩焼き なすの揚げ浸し (小鉢) エ 425A エ 82 エ 248 エ 129		ご飯 (夕) ワンタンスープ トマト煮込みハンバーグ シーザーサラダ エ 444A エ 57 エ 351 エ 90		麦ご飯 (夕) しめじの味噌汁 鶏肉にんにく炒め アスパラサラダ エ 444A エ 40 エ 449 エ 19	
夕飯	<選択食以外の合計> エ: 828 塩: 1.6 蛋: 35.6 脂: 14.8		<選択食以外の合計> エ: 1017 塩: 4.3 蛋: 33.3 脂: 33.4		<選択食以外の合計> エ: 960 塩: 4.2 蛋: 37.9 脂: 19.6		<選択食以外の合計> エ: 1100 塩: 7.8 蛋: 35.4 脂: 42.6		<選択食以外の合計> エ: 903 塩: 3.8 蛋: 35.5 脂: 24.4		<選択食以外の合計> エ: 923 塩: 3.8 蛋: 26.4 脂: 29.2		<選択食以外の合計> エ: 952 塩: 4.8 蛋: 39.3 脂: 28.1	

R8ダイニング甲子園

テーマ「カレーライス」

8/20 (木)

富山カレー（大仏コロッケ）

8/27 (木)

富山カレー（塩麹唐揚げ）

「駐屯地献立の選考について」

- ① 8月の給食で提供予定です。
- ② 美味しかったカレーを覚えておいてください。
- ③ 最終的に投票をして頂きます。
- ④ 人気投票で1番のものを代表献立に選考予定です！

ご協力をお願いします！