

ひづけ 日付	7月4日 (日)	7月5日 (月)	7月6日 (火)	7月7日 (水)	7月8日 (木)	7月9日 (金)	7月10日 (土)
あさ 朝	<p>ショク 食パン</p> <p>チョコクリーム</p> <p>ヤサイ 野菜とマカロニの トマト煮</p> <p>オニオンスープ ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>コウヤクトウフ 高野豆腐の卵としじ</p> <p>コマツナ 小松菜のじゃこ和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (大根)</p> <p>ゆずみそ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ボルガ</p> <p>マメ トウニユウ 豆と豆乳のサラダ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>チクワ 竹輪とインゲンの煮物</p> <p>ウメナットウ 梅納豆</p> <p>ミンシル 味噌汁 (茄子)</p> <p>つぼ漬け</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>マメ お豆のあんバターパン</p> <p>カボチャ 南瓜のクリーム煮</p> <p>くだもの (白桃缶)</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ダイコン 大根のツナ煮</p> <p>チンゲンサイ サクラ 青梗菜と桜エビの 和え物</p> <p>ミンシル 味噌汁 (豆腐)</p> <p>カッパ漬け</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ショク 食パン</p> <p>イチゴジャム</p> <p>スクランブルエッグ</p> <p>ウインナー</p> <p>ココア</p>
ひる 昼	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ホイクワロウ 回鍋肉</p> <p>カラシア インゲンの辛子和え</p> <p>ミスナ カニカマと氷菜のスープ</p> <p>チーズババロアシュー</p> 	<p>ロールパン</p> <p>スパゲッティポロネーゼ</p> <p>イロド 彩りサラダ</p> <p>トウモロコシ 豆苗のスープ</p> <p>くだもの (トロピカルフルーツ)</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>サケ ショヤ 鮭の塩焼き</p> <p>ツケ アツヤ タマゴ 付) 厚焼き玉子</p> <p>ツケ ダイコン 付) 大根おろしとレモン</p> <p>オクラのごま和え</p> <p>サワニワン 沢煮椀</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>トリニク リキウヤ 鶏肉の利休焼き</p> <p>ツケ 付) ほうれん草バター</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ミンシル 味噌汁 (なめこ)</p> <p>くだもの (スイカ)</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>シロミサカナ 白身魚のマヨネーズ焼き</p> <p>ツケ 付) フロッコリー</p> <p>ツケ ニンジン 付) 人参グラッセ</p> <p>キリボン キュウリ 切干と胡瓜の 柚子ゴマサラダ</p> <p>フタジル 豚汁</p> <p>ふりかけ (野菜)</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>アスパラと ベーコンのサラダ</p> <p>ツケ サトイモ 付) 里芋の ジャーマンポテト</p> <p>アカダン 赤出汁 (巻き麩)</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>もやしのナムル</p> <p>ミンシル 味噌汁 (春菊)</p>	
ゆう 夕	<p>ベイハン 米飯</p> <p>サバ テ 鯖の照り煮</p> <p>ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物</p> <p>キャベツの チーズおかか和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (チンゲン菜)</p> <p>コンブ しそ昆布</p>	<p>とうもろこしご飯</p> <p>トリダング 鶏団子の 中華風煮込み</p> <p>ごぼうと 角天の炒め物</p> <p>ハルサメ 春雨とハムのサラダ</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ギョウニク 牛肉ときこの 和風ソテー</p> <p>シュンギク 春菊とささみの和え物</p> <p>ミンシル 味噌汁 (大根葉)</p> <p>ふりかけ (かつお)</p>	<p>ゆかりご飯</p> <p>テンブラモ ア 天麩羅盛り合わせ (かき揚げ・きす天・ピーマン)</p> <p>ナ ハナ 菜の花としらすの和え物</p> <p>タナバタ 七夕そうめん</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>タカラフクロニ 宝袋煮</p> <p>ツケ ナス ニモノ 付) 茄子の煮物</p> <p>ハクサイ チュウカア 白菜の中華和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩)</p> <p>ノサワナツ 野沢菜漬け</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ム トリ ニーリンチー 蒸し鶏の油淋鶏ソース</p> <p>ツケ 付) もやしソテー</p> <p>ほうれん草の ピーナッツ和え</p> <p>トウガン 冬瓜スープ</p> <p>アンニントウフ 杏仁豆腐</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>サワラ ユズミツヤ 鯖の柚子味噌焼き</p> <p>ツケ タケノコキンピラ 付) 筍の金平</p> <p>めんま トリニク イタ モノ めんまと鶏肉の炒め物</p> <p>ス 清まし汁 (とろろ昆布)</p> <p>くだもの (バナナ)</p>
せいぶん 成分	<p>I補* - 1878 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 81.2 g</p> <p>ししつ 脂質 50.8 g</p> <p>えんぶん 塩分 9.5 g</p>	<p>I補* - 1788 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 70.1 g</p> <p>ししつ 脂質 45.9 g</p> <p>えんぶん 塩分 8.4 g</p>	<p>I補* - 1816 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 75.2 g</p> <p>ししつ 脂質 58.5 g</p> <p>えんぶん 塩分 6.8 g</p>	<p>I補* - 1788 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 69.0 g</p> <p>ししつ 脂質 45.2 g</p> <p>えんぶん 塩分 8.2 g</p>	<p>I補* - 1896 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 71.8 g</p> <p>ししつ 脂質 59.0 g</p> <p>えんぶん 塩分 8.2 g</p>	<p>I補* - 1842 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 74.8 g</p> <p>ししつ 脂質 59.8 g</p> <p>えんぶん 塩分 8.8 g</p>	<p>I補* - 1707 kcal</p> <p>たんぱくしつ 蛋白質 70.0 g</p> <p>ししつ 脂質 40.1 g</p> <p>えんぶん 塩分 8.5 g</p>

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。