



ひづけ 日付	7月25日 (日)	7月26日 (月)	7月27日 (火)	7月28日 (水)	7月29日 (木)	7月30日 (金)	7月31日 (土)
あさ 朝	ロールパン チョコクリーム ミートボールの デミソース煮 カブのスープ 牛乳	米飯 ニラの卵とし 青しそ納豆 味噌汁 (えのき) カップ漬け 牛乳	くるみパン アボカドのココット ヨーグルト 牛乳	米飯 けんちん煮 ほうれん草のしらす和え 味噌汁 (茄子) 一食のり佃煮 牛乳	ジャムパン カリフラワーの カレークリーム煮 パンプキンサラダ 牛乳	米飯 冬瓜のくずあんかけ 胡瓜とみょうがの 胡麻酢和え 味噌汁 (大根葉) しば漬け 牛乳	食パン りんごジャム ポテトサラダ ウインナーと 野菜のスープ 牛乳
ひる 昼	米飯 鶏肉のマーレード焼き 付) スナップエンドウ のソテー 糸寒天の酢の物 味噌汁 (里芋) バームクーヘン	米飯 白身魚のフライ (タルタルソース) 付) 千切り野菜 オクラと長芋の梅和え 春雨スープ ふりかけ (野菜)	わかめご飯 ぶっかけそうめん ゴーヤーチャンプルー くだもの (パイナップル)	かき揚げ丼 菜の花おひたし 清まし汁 (巻き麩) メロンゼリー	米飯 鶏ゴボウつくね 付) ふきの金平 チャプチェ 味噌汁 (もやし・にら)	鮭チャーハン しそ巻き棒餃子 赤出汁 (豆腐) バニラババロア	米飯 豚肉のケチャップ炒め 付) パプリカソテー マカロニサラダ 味噌汁 (南瓜) ふりかけ (さけ)
ゆ 夕	米飯 ロールキャベツ (トマト) ジャーマンポテト インゲンの黒ごまよごし くだもの (洋梨)	米飯 豆腐しんじょうの 野菜あんかけ 豚バラ大根 ピーマンのおかか和え くだもの (バナナ)	米飯 ポークチャップ 付) パセリスパゲティ レタスとハムのサラダ 味噌汁 (チンゲン菜) ごま昆布	米飯 牛肉とブロッコリーの ガーリック炒め 付) ヤングコーンと ベーコンのソテー もやしの バンバンジー和え きのこ揚げのスープ	米飯 鯖の葱胡麻しょう油焼き 付) 人参の金平 春菊のデリサラダ 味噌汁 (キャベツ) くだもの (夏みかん)	米飯 黒酢豚 小松菜のザーサイ和え 味噌汁 (白菜) べったら漬け	米飯 赤魚のおろし煮 付) 花人参とがんも キャベツと カニカマの和え物 味噌汁 (おつゆ麩) 野沢菜漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1863 kcal たんぱく質 60.9 g 脂質 62.7 g えんぶん 9.1 g	I補給 - 1822 kcal たんぱく質 76.8 g 脂質 44.4 g えんぶん 8.5 g	I補給 - 1759 kcal たんぱく質 73.6 g 脂質 50.9 g えんぶん 7.4 g	I補給 - 1722 kcal たんぱく質 71.0 g 脂質 48.7 g えんぶん 8.7 g	I補給 - 1739 kcal たんぱく質 73.0 g 脂質 48.2 g えんぶん 8.6 g	I補給 - 1889 kcal たんぱく質 62.5 g 脂質 68.8 g えんぶん 8.7 g	I補給 - 1799 kcal たんぱく質 73.0 g 脂質 48.6 g えんぶん 8.8 g

◎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。