

ひづけ 日付	8月1日 (日)	8月2日 (月)	8月3日 (火)	8月4日 (水)	8月5日 (木)	8月6日 (金)	8月7日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン ピーナッツマーガリン ベーコンと ほうれん草のソテー パイザンヌスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 大豆の五目煮豆 小松菜のじゃこ和え 味噌汁 (なめこ) たいみそ ギョウニユウ 牛乳	ホットケーキ はちみつ&マーガリン スパゲッティサラダ ヨーグルト ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの煮物 おろし納豆 味噌汁 (かぼちゃ) カップ漬 ギョウニユウ 牛乳	クリームパン パンプキンサラダ そら豆のスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 鯖の塩焼き 金平ゴボウ 味噌汁 (キャベツ) ウメボ 梅干し ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン イチゴジャム チリコンカン コロコロ野菜スープ ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のチーズ焼き ツケ 付) ブロッコリー ツケ 付) 人参グラッセ トウモロコシ 豆苗と油揚げの レモンおろし和え 味噌汁 (オクラ)	ベイハン 米飯 白身魚のえのき中華蒸し 菜の花とささみの和え物 味噌汁 (大根) ふりかけ (うめ)	ベイハン 米飯 煮込みハンバーグ ツケ 付) マッシュポテト キャベツと コーンのサラダ 清まし汁 (春菊) くだもの (トロピカルフルーツ)	じゃこ菜飯 眞沢山ちゃんぽん 春巻き 蒸し茄子の ポン酢しょうゆかけ 	ベイハン 米飯 チキン南蛮 ツケ 付) スパゲティ 海藻サラダ 味噌汁 (里芋) ぶどうゼリー	サンショク 三色そぼろ丼 白菜の コールスローサラダ 清まし汁 (エビ団子) くだもの (黄桃缶)	ベイハン 米飯 牛肉ときのこの オイスター炒め 春雨のゴマサラダ 味噌汁 (小松菜) ふりかけ (さけ)
ゆ 夕	ベイハン 米飯 海鮮煮込み豆腐 焼売 キャベツと ワカメのナムル つぼ漬	ベイハン 米飯 肉じゃが アスパラのハニー マスタード和え カニカマと氷菜の スープ くだもの (パイナップル)	ベイハン 米飯 野菜たっぷり冷しゃぶ ふきとツナの旨煮 けんちん汁 ふりかけ (たらこ) 	ベイハン 米飯 赤魚のマスタード焼き 付) カリフラワーソテー 付) パプリカグリル 青梗菜のおかか和え 味噌汁 (白菜) しそ昆布	ベイハン 米飯 和風オムレツ 付) スナップエンドウ のソテー 胡瓜と桜エビの和え物 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 豚肉の生姜炒め オクラのみょうが和え 味噌汁 (おつゆ麩) 野沢菜漬	ベイハン 米飯 鱈の南蛮 蓮根と豚肉の ガーリックバター炒め 味噌汁 (豆腐・ワカメ) 高菜漬
せいぶん 成分	I補† - 1924 kcal たんぱく質 81.0 g 脂質 70.1 g えんぶん 8.5 g	I補† - 1816 kcal たんぱく質 71.4 g 脂質 44.5 g えんぶん 8.8 g	I補† - 1791 kcal たんぱく質 64.7 g 脂質 55.0 g えんぶん 6.8 g	I補† - 1803 kcal たんぱく質 82.6 g 脂質 40.5 g えんぶん 9.6 g	I補† - 1870 kcal たんぱく質 73.9 g 脂質 77.2 g えんぶん 8.4 g	I補† - 1742 kcal たんぱく質 79.9 g 脂質 0.4 g えんぶん 7.4 g	I補† - 1882 kcal たんぱく質 80.3 g 脂質 56.1 g えんぶん 8.7 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。