



ひづけ 日付	8月8日 (日)	8月9日 (月)	8月10日 (火)	8月11日 (水)	8月12日 (木)	8月13日 (金)	8月14日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン りんごジャム ヘルシーサラダ ミネストローネ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 がんと煮物 オンセンタマゴ 温泉玉子 ミンシル 味噌汁 (大根葉) ゆずみそ ギョウニウ 牛乳	チョコチップ メロンパン ポトフ くだもの (みかん缶) ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも ダイコン 大根葉のごま油炒め 味噌汁 (里芋) しば漬け 牛乳	コッペパン ジャーマンれんこん ヨーグルト 牛乳	ベイハン 米飯 ニンジン 人参とツナの炒め物 キムチ納豆 味噌汁 (大根) カップ漬け ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン イチゴジャム ブロッコリーの イタリアンサラダ コーンスープ ギョウニウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 シロミサカナ チュウカ 白身魚の中華あんかけ ナツキサイ 夏野菜のごまサラダ ミンシル 味噌汁 (厚揚げ) マル 丸ポロロ	ハヤシライス チョレギサラダ じゃが芋のスープ くだもの (スイカ) 	ベイハン 米飯 ポークソテー (ガーリック醤油) ツケ 付) きのこソテー ツケ 付) スナップエンドウ ソテー キャベツの柚子和え オクラのスープ マスカットゼリー	ワカメご飯 ジャージャーめん もずくと胡瓜の和え物 シューアイス 	ベイハン 米飯 サケ ショヤ 鮭の塩焼き ツケ アツヤ タマゴ 付) 厚焼き玉子 付) 大根おろしとレモン イト 糸こんにゃくと タケノコ 筍のおかか炒め ス 清まし汁 (とろろ昆布) ふりかけ (たらこ)	ロコモコ丼 インゲンと竹輪の ゴマア 胡麻和え オニオンスープ プリン 	ベイハン 米飯 シロミサカナ ノリ ア 白身魚の海苔揚げ ツケ カボチャ テン 付) 南瓜の天ぷら ツケ 付) ししとう トウガン 冬瓜のそぼろあんかけ そうめん汁 (冷) ノザワナツ 野沢菜漬け
ゆ 夕	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のはちみつ焼き ツケ ニンジン キンピラ 付) 人参の金平 キリボンダイコン ニモノ 切干大根の煮物 ミンシル 味噌汁 (もやし・にら) ハクサイ 白菜漬け	ベイハン 米飯 サバ ニツ 鯖の煮付け ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物 ハクサイ タケア 白菜のなめ茸和え ミンシル タマ 味噌汁 (玉ねぎ) コンブ ごま昆布	ベイハン ひじきご飯 ぎせい豆腐 ツケ ナス ニモノ 付) 茄子の煮物 チンゲンサイ ア 青梗菜のザーサイ和え ミンシル ハクサイ 味噌汁 (白菜)	ベイハン 米飯 ツナのカラフルオムレツ ツケ ナ ハナ 付) 菜の花ソテー コマツナ カラン ア 小松菜の辛子マヨ和え ミンシル 味噌汁 (キャベツ) ふりかけ (うめ)	ベイハン 米飯 ブタニク 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー ハルサメ チュウカア 春雨の中華和え ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 タンドリーチキン ツケ 付) アスパラソテー シュンギク 春菊のピーナッツ和え ミンシル トウフ 味噌汁 (豆腐・わかめ) ふりかけ (やさい)	ヤキニク 焼肉クッパ ふきの土佐煮 ほうれん草のナムル アンニン 杏仁フルーツ
せいぶん 成分	I補給 - 1892 kcal たんぱく質 75.2 g 脂質 47.3 g えんぶん 8.6 g	I補給 - 1814 kcal たんぱく質 73.8 g 脂質 50.9 g えんぶん 8.5 g	I補給 - 1746 kcal たんぱく質 67.5 g 脂質 54.4 g えんぶん 7.7 g	I補給 - 1822 kcal たんぱく質 74.3 g 脂質 54.9 g えんぶん 8.1 g	I補給 - 1771 kcal たんぱく質 75.2 g 脂質 51.2 g えんぶん 8.0 g	I補給 - 1806 kcal たんぱく質 72.0 g 脂質 54.9 g えんぶん 7.9 g	I補給 - 1839 kcal たんぱく質 69.5 g 脂質 53.1 g えんぶん 8.3 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。