



れもんちゃん しゅうかんこんだてひょう 週間献立表 れもんちゃん



ひづけ 日付	8月15日 (日)	8月16日 (月)	8月17日 (火)	8月18日 (水)	8月19日 (木)	8月20日 (金)	8月21日 (土)
あさ 朝	ロールパン チョコクリーム ほうれん草と ウインナーのソテー パンプキンスープ 牛乳	ベイハン 米飯 茄子の煮物 小松菜のしらす和え 味噌汁 (キャベツ) 金山寺みそ 牛乳	ジャムパン 豆と豆乳のサラダ カブのスープ 牛乳	ベイハン 米飯 糸コンの甘辛炒め めかぶ納豆 味噌汁 (かぼちゃ) カッパ漬 牛乳	ボルガ カリフラワーの クリーム煮 ヨーグルト 牛乳	ベイハン 米飯 ゴーヤの卵とじ 山芋とろろ 味噌汁 (ほうれん草) つぼ漬 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ココロ野菜の コンソメ煮 パンプキンサラダ 牛乳
ひる 昼	バターライス ガーリックチキン ラタトゥイユ添え エスニックサラダ セロリスープ ミニマドレーヌ	ベイハン 米飯 サーモンのポワレ (枝豆ソース) 付) スパゲティ ハムマリネ ジュリアンスープ くだもの (洋梨)	ベイハン 米飯 豚肉とエリンギの 柚子胡椒炒め オクラとかまぼこの おかか和え 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (さけ)	ナメシ 菜飯 肉そば 菜の花の酢味噌和え くだもの (オレンジ) 	ベイハン 米飯 チキンカツ 付) 野菜サラダ ビーフソテー 味噌汁 (厚揚げ)	オムライス スナップエンドウと ツナのサラダ じゃが芋のスープ チョコババロア 	ベイハン 米飯 つくねハンバーグ (野菜あん) もやしと竹輪の和え物 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (たらこ)
ゆ 夕	ベイハン 米飯 白身魚のマヨネーズ焼き 付) アスパラと ベーコンのソテー 胡瓜とクラゲの ピリ辛和え 味噌汁 (里芋) くだもの (フルーツカクテル)	ベイハン 米飯 豆腐の肉みそあんかけ ヘルシーサラダ 清まし汁 (まいだけ) 高菜漬	ベイハン 米飯 ミックスフライ 付) 千切りキャベツ ブロッコリーの かき玉あんかけ 味噌汁 (大根) しそ昆布	ベイハン 米飯 ジャーマンオムレツ ゴボウサラダ きのこ揚げのスープ ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 鯖の梅しそ焼き 付) れんこんの金平 キャベツと胡瓜の 甘酢和え 味噌汁 (チンゲン菜) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 回鍋肉 茄子のポン酢和え 清まし汁 (巻き麩) 野沢菜漬 	ベイハン 米飯 メバルの治部煮 付) 冬瓜の煮物 小松菜とささみの和え物 味噌汁 (豆腐・わかめ) くだもの (パイナップル)
せいぶん 成分	エネルギー 1914 kcal たんぱく質 68.8 g 脂質 63.1 g えんぶん 9.0 g	エネルギー 1911 kcal たんぱく質 76.6 g 脂質 55.2 g えんぶん 7.4 g	エネルギー 1759 kcal たんぱく質 73.0 g 脂質 45.0 g えんぶん 9.3 g	エネルギー 1848 kcal たんぱく質 72.5 g 脂質 51.3 g えんぶん 8.5 g	エネルギー 1810 kcal たんぱく質 72.7 g 脂質 58.5 g えんぶん 6.9 g	エネルギー 1940 kcal たんぱく質 65.8 g 脂質 66.3 g えんぶん 8.8 g	エネルギー 1813 kcal たんぱく質 80.0 g 脂質 44.0 g えんぶん 9.7 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。