



れもんちゃん 週間献立表 れもんちゃん



ひづけ 日付	8月22日 (日)	8月23日 (月)	8月24日 (火)	8月25日 (水)	8月26日 (木)	8月27日 (金)	8月28日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン イチゴジャム スクランブルエッグ コーンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ニンジン 人参しりしり コマツナ アブラア 小松菜と油揚げの カラシ 辛子和え ミンシル トウフ 味噌汁 (豆腐・わかめ) えびみそ ギョウニユウ 牛乳	あんぱん カリフラワーのソテー レタスとベーコンの スープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ウ ナ 卵の花 アオ ナットウ 青じそ納豆 ミンシル トウガン 味噌汁 (冬瓜) カッパ漬け ギョウニユウ 牛乳	コッペパン ポークビーンズ パンプキンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 サバ ショヤ 鯖の塩焼き レンコンの金平 ミンシル 味噌汁 (キャベツ) しば漬け ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム パンプキンサラダ 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 ゴボウと牛肉のしぐれ煮 キャベツの カレーマヨサラダ ミンシル 味噌汁 (チンゲン菜) クロボク 黒棒	クロワッサンサ ミートスパゲッティ 白菜とハムのサラダ そら豆のスープ 	ベイハン 米飯 サケ 鮭のムニエル タルタルソース ツケ ナ ハナ イタ モノ 付) 菜の花の炒め物 ミズナ 水菜とささみの和え物 ミンシル 味噌汁 (里芋) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 トリニク ユウアンヤ 鶏肉の幽庵焼き ツケ 付) インゲンの金平 ポテトサラダ ス 清まし汁 (ハンペン) くだもの (パイナップル) くだもの (パイナップル)	米飯 ハンバーグ (テリヤキ) ツケ 付) ブロッコリー ツケ ニンジン 付) 人参のグラッセ もやしときゅうりの サラダ ミンシル 味噌汁 (大根葉) ピーチゼリー 	カツカレー シーザーサラダ プリン 	ベイハン 米飯 シロミ サカサカナ 白身魚魚のパン粉焼き ツケ 付) アスパラソテー オクラの塩昆布和え 味噌汁 (白菜) ふりかけ (かつお)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 トウフ 豆腐ステーキリソース ほうれん草と 舞茸の和え物 ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) ごま昆布	ベイハン 米飯 サワラ サイキョウヤ 鯖の西京焼き ツケ ツ キンピラ 付) 突きこんの金平 じゃが芋のそぼろ煮 ス シル 清まし汁 (とろろ昆布) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 ハッポウサイ 八宝菜 カボチャ トサ ニ 南瓜の土佐煮 ピーマンのナムル くだもの (夏みかん) 	ベイハン 米飯 ア ニ カレーの揚げ煮 ツケ ハナニンジ 付) 花人参とがんと シュンギク チクワ ア モノ 春菊と竹輪の和え物 タマゴ きくらげと玉子の 中華スープ チュウカ ふりかけ (うめ)	ベイハン 米飯 タカラフネ 宝袋煮 ツケ ナス ニモノ 付) 茄子の煮物 チンゲンサイ サクラ ア モノ 青梗菜と桜エビの和え物 ミンシル 味噌汁 (オクラ) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ム トリ ユーリンチー 蒸し鶏の油淋鶏ソース ツケ オン 付) 温キャベツ うざく ス シル シュンギク 清まし汁 (春菊)	ベイハン 米飯 アタニク オオバイタ 豚肉の大葉炒め キリボシ ゴマ 切干の胡麻サラダ ニラとしめじの 春雨スープ くだもの (バナナ)
せいぶん 成分	I補給 - 1885 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.8 g ししつ 脂質 53.6 g えんぶん 塩分 9.1 g	I補給 - 1889 kcal たんぱくしつ 蛋白質 78.5 g ししつ 脂質 58.6 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補給 - 1802 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.1 g ししつ 脂質 57.2 g えんぶん 塩分 7.6 g	I補給 - 1794 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.2 g ししつ 脂質 49.6 g えんぶん 塩分 7.7 g	I補給 - 1746 kcal たんぱくしつ 蛋白質 78.0 g ししつ 脂質 51.8 g えんぶん 塩分 8.0 g	I補給 - 1845 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.2 g ししつ 脂質 56.3 g えんぶん 塩分 8.0 g	I補給 - 1808 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.4 g ししつ 脂質 49.9 g えんぶん 塩分 8.2 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。