



ひづけ 日付	9月19日 (日)	9月20日 (月)	9月21日 (火)	9月22日 (水)	9月23日 (木)	9月24日 (金)	9月25日 (土)
あき 朝	ショク 食パン チョコクリーム ミートボールのトマト煮 マイタケ 舞茸スープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 けんちん煮 インゲンのごま和え 味噌汁 (茄子) つぼ漬け ギョウニユウ 牛乳	ロールパンと 黒糖ロールパン りんごジャム カリフラワーのサラダ カブと大豆のスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 冬瓜のくずあんかけ キムチ納豆 味噌汁 (小松菜) カップ漬け ギョウニユウ 牛乳	あんばん ウインナーの玉子とし パンプキンスープ 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも 大根葉のごま油炒め 味噌汁 (チンゲン菜) 梅干し ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム 玉子サラダ グリーンスープ ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 マーボ豆腐 小松菜のザーサイ和え 清まし汁 (花麩) アンニントウフ 杏仁豆腐	クリハン 栗ご飯 鮭の塩焼き 付) 大根おろし レンコンの 柚子胡椒炒め 味噌汁 (春菊) 抹茶ケーキ	ベイハン 米飯 煮込みハンバーグ 目玉焼きのせ 付) ジェノパスタ オクラとえのきの 梅ポン酢和え アスパラのスープ バニラババロア	ワカメご飯 パリパリ皿うどん ポパイサラダ くだもの (パイン缶)	ベイハン 米飯 ピーマンの肉詰め 付) 青梗菜のソテー 切干大根の カレーマヨ和え 根菜豆乳スープ マンゴーゼリー	バターライス ハッシュドビーフ チキンナゲット グリーンサラダ	ベイハン 米飯 鶏のコーンマヨ焼き 付) ほうれん草バター 春雨サラダ 味噌汁 (南瓜) ふりかけ (さけ)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 白身魚のから揚げ (みぞれかけ) ごぼうのきんぴら もやしと竹輪の和え物 味噌汁 (葉大根) くだもの (柿)	ベイハン 米飯 ポークチャップ 付) パプリカソテー さつま芋サラダ 豆苗のスープ ふりかけ (かつお)	ベイハン 米飯 鶏肉の塩こうじ焼き 付) 筍と人参の金平 南瓜のコンソメ煮 味噌汁 (キャベツ) しそ昆布	ベイハン 米飯 さば大根 付) 花人参と春菊 胡瓜とくらげの ピリ辛和え 味噌汁 (里芋) 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 豚肉の生姜炒め ブロッコリーの ツナサラダ 味噌汁 (豆腐・わかめ) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 和風ロールキャベツ 付) 菜の花 茄子と豚肉の オイスターソース炒め 白菜のお浸し くだもの (みかん缶)	ベイハン 米飯 白身魚のえのき 中華蒸し 春菊とささみの和え物 味噌汁 (もやし・にら) しば漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1844 kcal たんぱく質 74.5 g 脂質 53.0 g えんぶん 8.2 g	I補給 - 1805 kcal たんぱく質 70.5 g 脂質 47.6 g えんぶん 7.4 g	I補給 - 1882 kcal たんぱく質 75.3 g 脂質 61.5 g えんぶん 8.8 g	I補給 - 1842 kcal たんぱく質 78.3 g 脂質 50.4 g えんぶん 9.3 g	I補給 - 1784 kcal たんぱく質 71.7 g 脂質 50.2 g えんぶん 9.7 g	I補給 - 1879 kcal たんぱく質 70.2 g 脂質 58.9 g えんぶん 9.1 g	I補給 - 1820 kcal たんぱく質 74.6 g 脂質 52.0 g えんぶん 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。