



ひづけ 日付	9月26日 (日)	9月27日 (月)	9月28日 (火)	9月29日 (水)	9月30日 (木)	10月1日 (金)	10月2日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン りんごジャム スパゲティナポリタン ほうれん草のスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ヤサイイタ 野菜炒め キントキマメ アマニ 金時豆の甘煮 ミンシル ダイコン 味噌汁 (大根) イッシュヨク 一食たいみそ ギョウニユウ 牛乳	チョコチップメロンパン かぼちゃサラダ コーンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ダイコン 大根のオイスター煮 ウメナツツ 梅納豆 ミンシル サトイモ 味噌汁 (里芋) カッパ漬 ギョウニユウ 牛乳	ボルガ ココロ野菜の クリーム煮 ヨーグルト ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ニトウフ 煮豆腐 ほうれん草のごま和え ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ) しば漬 ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム 菜の花とウインナーの ガーリックソテー セロリースープ ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 チンジャオロース 菜の花のおかか和え きくらげの中華スープ ミンシル ダイコンバ 味噌汁 (大根葉) クリームケーキ 	ベイハン 米飯 サバ ネギ 鯖の葱ごましょう油焼き ツケ アイモ キンピラ 付) じゃが芋の金平 ハルサメ 春雨チャプチェ ミンシル ダイコンバ 味噌汁 (大根葉) くだもの (柿)	ベイハン 米飯 タンドリーチキン風 から揚げ ツケ 付) スパゲティ コールスローサラダ ミンシル 味噌汁 (わかめ) マスカットゼリー	ベイハン (ショウ) 米飯 (小) カレーうどん いんげんの ピーナッツ和え くだもの (フルーツミックス) 	ベイハン 米飯 サーモンのポワレ (青じそクリーム) ツケ 付) バイクドさつま芋 ツケ 付) パプリカのグリル ブロッコリーのサラダ ペイザンヌスープ ふりかけ (たまご)	バターロールパン 秋たっぴりグラタン シーザーサラダ くだもの (黄桃缶) くだもの (みかん缶) 	エビピラフ アタニク 豚肉と 茄子の味噌炒め オニオンスープ くだもの (みかん缶)
タ 夕	ベイハン 米飯 クリームシチュー ツナマヨフライ コマツナ 小松菜のフレンチサラダ ふりかけ (やさい) 	ベイハン 米飯 カイセンニコ トウフ 海鮮煮込み豆腐 オクラとめかぶの酢の物 ミンシル ナス 味噌汁 (茄子) ごま昆布	ベイハン 米飯 アタニク イタ 豚肉のキムチ炒め キャベツと油揚げの 和え物 ス シル シュンギク 清まし汁 (春菊) くだもの (洋梨)	ベイハン 米飯 シロミサカナ ユウアンヤ 白身魚の幽庵焼き ツケ ニンジン キンピラ 付) 人参の金平 イト メンタイ イタ 糸コンの明太マヨ炒め ミンシル マ フ 味噌汁 (巻き麩) ノザワナツ 野沢菜漬	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のみぞれ煮 (柚子風味) ツケ ナス ニモノ 付) 茄子の煮物 ハクサイ 白菜とハムのサラダ ミンシル 味噌汁 (キャベツ)	ベイハン 米飯 アタニク 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー ツケ コマツナ 付) 小松菜ソテー ハルサメ ゴマ 春雨の胡麻サラダ ミンシル チンゲンサイ 味噌汁 (青梗菜) タカナ ツ 高菜漬	ベイハン 米飯 カニクリームコロッケ ツケ センギ 付) 干切りキャベツ ピーマンのナムル ミンシル シュンギク 味噌汁 (春菊) ふりかけ (かつお)
せいぶん 成分	I補給 - 1921 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.3 g ししつ 脂質 55.2 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補給 - 1811 kcal たんぱくしつ 蛋白質 77.3 g ししつ 脂質 41.4 g えんぶん 塩分 8.6 g	I補給 - 1845 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.3 g ししつ 脂質 57.4 g えんぶん 塩分 6.8 g	I補給 - 1688 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.5 g ししつ 脂質 37.1 g えんぶん 塩分 8.0 g	I補給 - 1824 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.9 g ししつ 脂質 61.3 g えんぶん 塩分 9.0 g	I補給 - 1912 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.8 g ししつ 脂質 62.8 g えんぶん 塩分 9.3 g	I補給 - 1766 kcal たんぱくしつ 蛋白質 58.4 g ししつ 脂質 51.3 g えんぶん 塩分 9.1 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。