



ひづけ 日付	8月14日 (日)	8月15日 (月)	8月16日 (火)	8月17日 (水)	8月18日 (木)	8月19日 (金)	8月20日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン マーメイドジャム きのこのガリックソテー くだもの (フルーツミックス)	ベイハン 米飯 卵の花 キャベツとザーサイの 和え物 ミンシル 味噌汁 (大根葉) たいみそ ギュウニョウ 牛乳	ジャムパン パンプキンサラダ コーンスープ カフェオレ 	ベイハン 米飯 ししゃも コマツナ 小松菜の炒め物 ミンシル 味噌汁 (里芋) ふりかけ (かつお) ギュウニョウ 牛乳	ショク 食パン イチゴジャム ウィンナーの玉子とじ ヨーグルト ギュウニョウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のそぼろ煮 オクラのおかか和え ミンシル 味噌汁 (もやし・ニラ) ウメボ 梅干し ギュウニョウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム チキンボールの コンソメ煮 ギュウニョウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 テ 照りマヨハンバーグ ツケ 付) スパゲティソテー スナップエンドウと ゆで卵のサラダ ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) プチロールケーキ	ベイハン 米飯 ギュウニョウ 牛肉とニラの スタミナ炒め ほうれん草のナムル エビ 海老と野菜の 焼きビーフ マイタケ 舞茸スープ	ベイハン 米飯 フライドチキン ツケ 付) フライドポテト ブロッコリーと チーズのサラダ ゼロリースープ ふりかけ (さけ)	ワカメご飯 パリパリ皿うどん ハクサイ 白菜とたまごの レモン風味サラダ マツチヤ 抹茶ババロア 	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のパン粉焼き ツケ 付) ベーコンと ズッキーニのソテー もやしとささみの 香り酢和え ミンシル 味噌汁 (きゃべつ) ふりかけ (たまご)	オヤコドン 親子丼 レンコン ウマ 蓮根の旨だれサラダ アカダシ 赤出汁 (なめこ) マスカットゼリー 	ベイハン 米飯 フタニク 豚肉とエリンギの ユズコンショウイタ 柚子胡椒炒め ナス 茄子としらすの さっぱり和え ミンシル 味噌汁 (白菜) きなこプリン
ゆう 夕	ベイハン 米飯 サバ 鯖のゴマ味噌焼き ツケ 付) れんこんのきんぴら にかうりと ベーコンの炒め物 ス 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 タカラフクロニ 宝袋煮 ツケ 付) 大根の煮物 キュウリ 胡瓜とささみの和え物 ミンシル 味噌汁 (春菊) しそ 昆布	ベイハン 米飯 ハッポウサイ 八宝菜 チンゲンサイ サクラ 青梗菜と桜エビの和え物 ミンシル 味噌汁 (豆腐・ワカメ) くだもの (バナナ) 	ベイハン 米飯 トウフ 豆腐しんじょうの ヤサイ 野菜あんかけ ふきの胡麻和え ナス 味噌汁 (茄子) たくあん 漬け	ベイハン 米飯 肉じゃが グリーンリーフの イタリアンサラダ ミンシル 味噌汁 (厚揚げ) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ミックスフライ ツケ 付) 千切りキャベツ ナ 菜の花としめじの カラシア 辛子和え ペイザン又サラダ くだもの (みかん缶)	ベイハン 米飯 サバ 鯖のおろし煮 ツケ 付) 花人参とがんと ナガイモ 長芋とわかめの チュウカア ごま中華和え ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) しば 漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1895 kcal たんぱくしつ 70.7 g 脂質 64.4 g えんぶん 8.7 g	I補給 - 1734 kcal たんぱくしつ 74.2 g 脂質 55.8 g えんぶん 9.3 g	I補給 - 1829 kcal たんぱくしつ 78.0 g 脂質 59.5 g えんぶん 7.5 g	I補給 - 1769 kcal たんぱくしつ 75.3 g 脂質 58.6 g えんぶん 7.8 g	I補給 - 1851 kcal たんぱくしつ 81.1 g 脂質 65.5 g えんぶん 8.8 g	I補給 - 1734 kcal たんぱくしつ 66.2 g 脂質 45.7 g えんぶん 9.7 g	I補給 - 1701 kcal たんぱくしつ 79.7 g 脂質 49.0 g えんぶん 8.7 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。