



ひづけ	9月3日 (日)	9月4日 (月)	9月5日 (火)	9月6日 (水)	9月7日 (木)	9月8日 (金)	9月9日 (土)
あさ朝	ショクパン 食パン りんごジャム スパゲティサラダ コーンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 コマツナ 小松菜と サクラ イタモノ 桜えびの炒め物 キントキマメ アマニ 金時豆の甘煮 ミンシル 味噌汁 (キャベツ) イッシュョク 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 ズッキーニと ベーコンのソテー パンプキスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ダイコン アブラア 大根と油揚げの煮物 ニモノ めかぶ納豆 ミンシル ハクサイ 味噌汁 (白菜) ふりかけ (かつお) ギョウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン ピーナッツマーガリン ほうれん草のクリーム煮 ヨーグルト ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ヤサイイタ 野菜炒め アツヤ タマゴ 厚焼き玉子 ミンシル 味噌汁 (オクラ) ウメボ 梅干し	ショクパン 食パン チョコクリーム かぼちゃサラダ コンソメスープ ギョウニユウ 牛乳
ひる昼	ベイハン 米飯 ハッポウサイ 八宝菜 ミズナ 水菜とささみの梅和え ム 蒸ししゅうまい マツチャ 抹茶プリン 	ベイハン 米飯 サケ 鮭のマッシュポテト焼き ツケ 付) マカロニの バジルソース シーザーサラダ ふわたまレタススープ ふりかけ (たらこ)	ベイハン 米飯 ブルコギ オクラの塩昆布和え ミンシル アツア 味噌汁 (厚揚げ) くだもの (パイナップル) ふりかけ (たまご)	わかめご飯 ちゃんぽん ヤ キョウザ 焼き餃子 アンニン 杏仁フルーツ 	カツ丼 ハクサイ シュンギク 白菜と春菊のしらす和え アカダシ トウフ 赤出汁 (豆腐) ぶどうゼリー 	ベイハン 米飯 テリヤキハンバーグ ツケ 付) アスパラと エリンギのソテー コールスローサラダ ハルサズ 春雨とわかめのスープ バニラババロア	ベイハン 米飯 シロミ サカナ 白身魚のから揚げ (ごまソース) ツケ イト 付) 糸コンの甘辛炒め レンコン アタニク 蓮根と豚肉の ガーリックバター炒め ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (野菜)
ゆう夕	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のチーズ焼き ツケ 付) パプリカと エンドウのソテー ほうれん草のおかか和え ス 清まし汁 (ハンペン) ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 マンカゼヤ 松風焼き ツケ 付) ふきの金平 なすの オイスターソース炒め しょうめん汁 (冷) しそ昆布	ベイハン 米飯 サバ ウメニ 鯖の梅煮 ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物 ピーマンの ユズコショウ 柚子胡椒ナムル ミンシル チンゲンサイ 味噌汁 (青梗菜) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 エビチリオムレツ ツケ ナ ハナ 付) 菜の花ソテー もやしのピリ辛ナムル カニカマと長葱のスープ しば漬け	ベイハン 米飯 アカウオ ハカタヤ 赤魚の博多焼き ツケ 付) いんげんの金平 かぶのあんかけ ミンシル サトイモ 味噌汁 (里芋) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ニク 肉じゃが ダイコン チュウカア 大根とクラゲの中華和え ミンシル 味噌汁 (なめこ) くだもの (バナナ) 	ベイハン 米飯 ム ドリ ユーリンチー 蒸し鶏の油淋鶏ソース ツケ チンゲンサイ 付) 青梗菜と きくらげのソテー ナ 菜の花のピーナッツ和え ミンシル シュンギク 味噌汁 (春菊) くだもの (みかん缶)
せいぶん成分	I補キ* - 1891 kcal たんぱく質 83.6 g 脂質 63.5 g えんぶん 8.3 g	I補キ* - 1806 kcal たんぱく質 71.0 g 脂質 56.3 g えんぶん 8.2 g	I補キ* - 1834 kcal たんぱく質 72.7 g 脂質 66.0 g えんぶん 8.4 g	I補キ* - 1695 kcal たんぱく質 66.9 g 脂質 41.1 g えんぶん 9.6 g	I補キ* - 1848 kcal たんぱく質 80.7 g 脂質 64.5 g えんぶん 10.1 g	I補キ* - 1803 kcal たんぱく質 70.7 g 脂質 50.9 g えんぶん 8.4 g	I補キ* - 1856 kcal たんぱく質 73.6 g 脂質 64.1 g えんぶん 8.6 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。