



週間献立表



ひづけ 日付	9月17日 (日)	9月18日 (月)	9月19日 (火)	9月20日 (水)	9月21日 (木)	9月22日 (金)	9月23日 (土)
あさ 朝	ボルガ サトイモ 里芋サラダ コーンスープ キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの ^{ニモノ} 煮物 ヤマイモ 山芋とろろ ミンシル 味噌汁 (青梗菜) イッシュヨク 一食のり佃煮 キュウニュウ 牛乳	ショクパン 食パン いちごジャム カレーポトフ くだもの (黄桃缶) キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 メンマの炒め煮 オクラ納豆 ミンシル 味噌汁 (里芋) ふりかけ (野菜) キュウニュウ 牛乳	ショクパン 食パン マーマレードジャム ヤングコーンのソテー くだもの (バナナ) キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 メダマヤ 目玉焼き ほうれん草ソテー ミンシル 味噌汁 (大根葉) ウメボ 梅干し キュウニュウ 牛乳	ショクパン 食パン りんごジャム マカロニサラダ ヨーグルト キュウニュウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 マツカゼヤ 松風焼き ツケ 人参の金平 コマツナ 小松菜とささみの和え物 ス 清まし汁 (まいたけ) くら たら焼き	オヤコドン 親子丼 きゃべつとしらすの ア 和え物 アカダン 赤出汁 (なめこ) くだもの (パイン缶)	ベイハン 米飯 サバ ウメしそ焼き ツケ イト 糸こんの甘辛炒め ナス 茄子と胡瓜の チュウカ 中華サラダ ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (たまご)	セレクト給食 ・明太クリームパスタ ・ペスカトーレ ロールパン レタスマリネ コーヒーゼリー	ベイハン 米飯 チキンソテー (ハニーマスタード) ツケ 付) カリフラワーのソテー カリカリじゃこサラダ きのかスープ ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 サケ シオヤ 鮭の塩焼き ツケ 付) じゃが芋の金平 インゲン インゲンの黒ごまよごし フタジ 豚汁	ベイハン 米飯 ポークソテー (トマトソース) ツケ 付) マカロニと ヤングコーンのソテー キ 切り干し大根の カレーマヨ和え コンソメスープ マスカットゼリー
ゆう 夕	ベイハン 米飯 カラアタ 皮り辛豚バラ大根 ショウガア オクラの生姜和え ミンシル 味噌汁 (厚揚げ) ふりかけ (ビーフ)	ベイハン 米飯 ニクトウフ あっさり肉豆腐 ナ 菜の花のピーナッツ和え ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (わかめ)	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のバジルマヨ焼き ツケ 付) いんげんのソテー もやしのかおり酢和え ミンシル 味噌汁 (大根) ショクパン しそ昆布	ベイハン 米飯 ニクダンゴ 肉団子の酢豚風 サクラ もやしと桜えびの和え物 チュウカ 中華スープ タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 サワラ サイキョウヤ 鯖の西京焼き ツケ 付) れんこんのきんぴら ゴーヤチャンプルー ス 清まし汁 (春菊) ノザワナツ 野沢菜漬け	さつま芋ご飯 メンチカツ&エビカツ ツケ 付) 千切りキャベツ ミンシル 味噌汁 (しめじ) たくあん漬け	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のみぞれ煮 ユズフウミ (柚子風味) ツケ 付) 南瓜の煮物 キョウリ 胡瓜とカニカマの ショウガス ア 生姜酢和え ミンシル 味噌汁 (豆腐) ツ しば漬け
せいぶん 成分	I補 [*] - 1787 kcal たんぱくしつ 73.7 g 脂質 47.5 g えんぶん 7.8 g	I補 [*] - 1701 kcal たんぱくしつ 82.4 g 脂質 40.5 g えんぶん 9.8 g	I補 [*] - 1800 kcal たんぱくしつ 77.4 g 脂質 61.4 g えんぶん 8.3 g	I補 [*] - 2193 kcal たんぱくしつ 83.9 g 脂質 64.7 g えんぶん 11.2 g	I補 [*] - 1740 kcal たんぱくしつ 72.4 g 脂質 54.9 g えんぶん 8.6 g	I補 [*] - 1746 kcal たんぱくしつ 68.7 g 脂質 53.5 g えんぶん 8.6 g	I補 [*] - 1776 kcal たんぱくしつ 77.2 g 脂質 53.5 g えんぶん 7.9 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。