



ひづけ 日付	7月28日 (日)	7月29日 (月)	7月30日 (火)	7月31日 (水)	8月1日 (木)	8月2日 (金)	8月3日 (土)
あさ 朝	食パン マーメイドジャム ミートボールの トマト煮 牛乳	米飯 切干大根の煮物 れんこんサラダ 味噌汁 (オクラ) のり佃煮 牛乳	食パン チョコクリーム 豆と豆乳のサラダ ヨーグルト 牛乳	米飯 卵の花 中華風はるさめさらだ 味噌汁 (さつま芋) ふりかけ (ビーフ) 牛乳	食パン イチゴジャム スクランブルエッグ カリフラワーと ウインナーのソテー 牛乳	米飯 系コンの甘辛炒め 青じそ納豆 味噌汁 (豆腐・わかめ) 一食たいみそ 牛乳	ホットケーキ はちみつ&マーガリン マカロニサラダ コーンスープ 牛乳
ひる 昼	米飯 鯖の葱胡麻しょう油焼き 付) 大根と揚げの金平 茄子のさっぱり 香味和え 清まし汁 (とろろ昆布) オレンジゼリー	中華丼 ピーマンのナムル たまごスープ フルーツ杏仁	米飯 セサミカツ 付) 干切りキャベツ もやしのおっさり和え 味噌汁 (ほうれん草)	菜飯 味噌ラーメン 春巻き くだもの (パイ)	キーマカレー 福神漬け グリーンサラダ ストロベリーゼリー	米飯 サーモンムニエル (マスタードクリーム) 付) アスパラガスと パプリカのソテー ポパイサラダ きのこ揚げのスープ ふりかけ (野菜)	米飯 鶏ゴボウつくね 付) 大根葉のごま油炒め 冬瓜のカニカマあんかけ 味噌汁 (里芋) ふりかけ (たらこ)
ゆ 夕	米飯 鶏肉のコーンマヨ焼き 付) パセリスパゲティ 小松菜のおかか和え 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (しそ)	米飯 白身魚の南蛮漬け じゃが芋のそぼろ煮 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (のりたま)	米飯 ロールキャベツ (コンソメ) 付) ウインナー 付) ブロッコリー 胡瓜とわかめの 酢味噌和え ふりかけ (さけ)	米飯 赤魚の柚子胡椒焼き 付) 小松菜のソテー ビーフンの中華和え 味噌汁 (厚揚げ) カップ漬け	米飯 鶏肉の利休焼き 付) ジャーマンレンコン 人参マリネ 味噌汁 (チンゲン菜) 高菜漬け	米飯 ジャーマンオムレツ 付) 菜の花の炒め物 大根とクラゲの中華和え 味噌汁 (茄子) しば漬け	麻婆豆腐丼 白菜とツナの コールスローサラダ ワンタンスープ くだもの (フルーツカクテル)
せいぶん 成分	I補給 - 1722 kcal たんぱく質 70.1 g 脂質 56.8 g えんぶん 8.0 g	I補給 - 1659 kcal たんぱく質 69.8 g 脂質 37.9 g えんぶん 8.1 g	I補給 - 1801 kcal たんぱく質 69.2 g 脂質 60.8 g えんぶん 8.6 g	I補給 - 1714 kcal たんぱく質 67.3 g 脂質 40.6 g えんぶん 7.9 g	I補給 - 1849 kcal たんぱく質 67.5 g 脂質 65.9 g えんぶん 9.7 g	I補給 - 1831 kcal たんぱく質 75.6 g 脂質 68.0 g えんぶん 10.1 g	I補給 - 1845 kcal たんぱく質 76.2 g 脂質 57.7 g えんぶん 6.9 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。