



日付	8月4日 (日)	8月5日 (月)	8月6日 (火)	8月7日 (水)	8月8日 (木)	8月9日 (金)	8月10日 (土)
あさ朝	クリームパン ポテトサラダ パンプキンスープ 牛乳	米飯 ししめも きんぴらごぼう 味噌汁 (おつゆ麩) ゆずみそ 牛乳	食パン ピーナッツマーガリン きゃべつと角天のソテー ミネストローネ 牛乳	米飯 大根の煮物 めかぶ納豆 味噌汁 (かぼちゃ) 牛乳	食パン チョコクリーム ズッキーニのソテー スパゲティサラダ 牛乳	米飯 ひじきの煮物 白菜と桜エビの和え物 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (たらこ) 牛乳	ホットケーキ マーガリン 大豆と蓮根の コンソメ煮 牛乳
ひる昼	米飯 ブルコギ いんげんの ピーナッツ和え カニカマと茶のスープ アイスクリーム	米飯 豚肉と茄子の炒めもの 長芋とオクラの和え物 味噌汁 (青梗菜) ふりかけ (のりごま)	エビピラフ レンコンのゴマドレ和え かきたま味噌汁 フルーツヨーグルト 	米飯 白身魚のタルタル焼き 付) アスパラと ベーコンのソテー キャベツと油揚げの 和え物 ニラとしめじのスープ ふりかけ (ビーフ)	うなぎの混ぜご飯 冷やしおろしうどん 夏みかんゼリー	米飯 ハンバーグ (ジャポネソース) 付) きのこスパゲッティ 切干大根の胡麻和え ミルクスープ	米飯 白身魚のえのき中華蒸し 菜の花サラダ 味噌汁 (大根) ふりかけ (さけ)
ゆう夕	米飯 揚げ出し豆腐と とり天のおろしあん 菜の花の柚子和え 味噌汁 (じゃが芋) ふりかけ (たまご)	米飯 松風焼き 付) 小松菜の オイスター炒め 系コンの明太マヨ炒め くだもの (バナナ)	米飯 とんかつ 付) 干切りキャベツ ピーマンの和え物 味噌汁 (茄子)	米飯 鶏のシオれもん焼き 付) ほうれん草と コーンのソテー もやしと胡瓜の おかか和え 味噌汁 (豆腐・ワカメ) 野沢菜漬け	米飯 豚肉とじゃが芋の旨煮 春菊のおろし和え 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (わかめ)	米飯 白身魚の甘酢あんかけ 胡瓜とささみの梅和え 味噌汁 (厚揚げ) 高菜漬け	米飯 親子煮 南瓜の土佐煮 小松菜と舞茸の 塩だれナムル
せいぶん成分	I補給 - 1776 kcal たんぱく質 77.5 g 脂質 65.7 g 塩分 7.3 g	I補給 - 1749 kcal たんぱく質 75.5 g 脂質 52.0 g 塩分 6.7 g	I補給 - 1720 kcal たんぱく質 62.6 g 脂質 52.4 g 塩分 9.2 g	I補給 - 1678 kcal たんぱく質 72.6 g 脂質 57.3 g 塩分 7.2 g	I補給 - 1751 kcal たんぱく質 72.2 g 脂質 51.0 g 塩分 7.9 g	I補給 - 1710 kcal たんぱく質 68.5 g 脂質 45.5 g 塩分 8.3 g	I補給 - 1615 kcal たんぱく質 74.6 g 脂質 52.8 g 塩分 7.1 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。