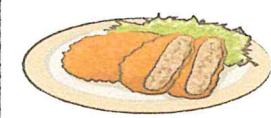
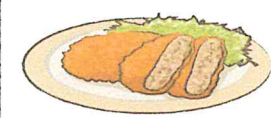


しゅうかんこんだてひょう
週間献立表

ひづけ 日付	8月10日 (日)	8月11日 (月)	8月12日 (火)	8月13日 (水)	8月14日 (木)	8月15日 (金)	8月16日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン りんごジャム ポテトサラダ ポタージュスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のくず煮 ミンシル 味噌汁 (さつま芋) ウメ 梅びしお ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン いちごジャム ズッキーニのソテー パンプキンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 キ 切り昆布の煮物 ミンシル 味噌汁 (茄子) ツクダニ のり佃煮 ギョウニユウ 牛乳	チョコチップメロンパン ダイズ レンコン 大豆と蓮根の コンソメ煮 ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの煮物 ミンシル 味噌汁 (チンゲン菜) ふりかけ (おかか) ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン チョコクリーム ゴボウサラダ オニオンスープ ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のコーンマヨ焼き ツケ 付) いんげんのソテー ナ 菜の花の柚子香り ア 和え ミンシル 味噌汁 (えのき) ふりかけ (野菜)	チキンカレーピラフ サンショク 三色パプリカと ナス 茄子のマリネ トマトスープ くだもの (パイナップル) 	じゃこ飯 フトメンサラ 太麺皿うどん コマツナ 小松菜のザーサイ和え ア 青りんごゼリー 	ベイハン 米飯 サーモンフライ ツケ 付) マカロニと ヤングコーンのソテー ヤサイ 野菜サラダ わかめスープ	ベイハン (チイ) 米飯 (小) ぶっかけうどん とり天 ピーマンのしそ昆布 ア 和え 	ブルコギ丼 ア 揚げ餃子 ネギスープ 付) パセリスパゲッティ ミズナ 水菜のサラダ ミンシル 味噌汁 (大根) ダイコン ふりかけ (たらこ) 	ベイハン 米飯 メンチカツ&コロケ 付) パセリスパゲッティ ミズナ 水菜のサラダ ミンシル 味噌汁 (大根) ダイコン ふりかけ (たらこ) 
ゆう 夕	ベイハン 米飯 豆腐 肉みそあんかけ れんこんのごまドレ和え ス 清まし汁 (春菊) くだもの (みかん缶)	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のタルタル焼き ツケ 付) ヤングコーン のソテー キャベツの甘酢和え ミンシル 味噌汁 (巻き麴) ふりかけ (しそ)	ベイハン 米飯 豚ロースの マーマレード焼き ツケ 付) ほうれん草のソテー 焼きビーフン すまし汁 (舞茸) ごま昆布	ベイハン 米飯 チキンカチャトーラ ツケ 付) ブロッコリー 白菜とツナの コールスローサラダ きのこのスープ ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のみぞれかけ ツケ ア 揚げ茄子と花人参 ツナポテトサラダ ミンシル 味噌汁 (おつゆ麴) 野沢菜漬	ベイハン 米飯 肉団子の 甘酢あんかけ もやしのナムル ワンタンスープ 杏仁フルーツ	ベイハン 米飯 鯖の煮付け 付) 冬瓜の煮物 小松菜の胡麻和え ミンシル 味噌汁 (里芋) 高菜漬
せいぶん 成分	I補* - 1856 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.0 g 脂質 64.5 g えんぶん 8.2 g 塩分	I補* - 1721 kcal たんぱくしつ 蛋白質 54.7 g 脂質 54.1 g えんぶん 8.1 g 塩分	I補* - 1615 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.9 g 脂質 36.5 g えんぶん 8.0 g 塩分	I補* - 1689 kcal たんぱくしつ 蛋白質 60.0 g 脂質 55.9 g えんぶん 6.8 g 塩分	I補* - 1658 kcal たんぱくしつ 蛋白質 74.2 g 脂質 54.0 g えんぶん 7.0 g 塩分	I補* - 1669 kcal たんぱくしつ 蛋白質 54.9 g 脂質 50.2 g えんぶん 6.6 g 塩分	I補* - 1875 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.2 g 脂質 62.4 g えんぶん 9.7 g 塩分

◎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。