



ひづけ 日付	8月17日 (日)	8月18日 (月)	8月19日 (火)	8月20日 (水)	8月21日 (木)	8月22日 (金)	8月23日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン いちごジャム スパゲティサラダ パンプキンスープ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ゴボウの炒め煮 味噌汁 (春菊) ゆずみそ ギョウニウ 牛乳	ジャムパン ミートボールの トマト煮 ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 切り干し大根の煮物 納豆 味噌汁 (おつゆ麴) ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム 里芋のサラダ ミネストローネ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 茄子のオイスター炒め 味噌汁 (かぼちゃ) ふりかけ (しそ) ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム オムレツ カリフラワーのソテー ギョウニウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 豚肉とじゃが芋の旨煮 オクラの チーズおかか和え 味噌汁 (菜の花) 野沢菜漬	ベイハン 米飯 鶏肉の利休焼き 大根の金平 ポテトサラダ 味噌汁 (茄子) ふりかけ (のりごま)	ナメシ 菜飯 冷やし中華 揚げシュウマイ ぶどうゼリー 	ベイハン 米飯 鮭のちゃんちゃん焼き いんげんの ピーナッツ和え ワカメと春雨のスープ ふりかけ (たまご) 	ベイハン (ショウ) 米飯 (小) カレーうどん コロッケ くだもの (パイন) 	ギョウドン 牛丼 マカロニサラダ 味噌汁 (しめじ) なめらかプリン	ベイハン 米飯 チキンカツ 千切りサラダ 春雨チャプチェ 味噌汁 (ほうれん草)
ゆ 夕	ベイハン 米飯 鶏肉と茄子の 麻婆炒め 青梗菜と白きくらげの ナムル 中華スープ くだもの (フルーツミックス)	ベイハン 米飯 お好み風オムレツ 付) 塩焼きそば ほうれん草と 桜エビの和え物 清まし汁 (巻き麴) 	ベイハン 米飯 海鮮煮込み豆腐 ふきと揚げの煮物 ブロッコリーの ゴマサラダ ふりかけ (ビーフ)	ベイハン 米飯 蓮根入りつくね焼き 付) 菜の花ソテー 胡瓜のおろし和え すまし汁 (とろろ昆布) しそ昆布	ベイハン 米飯 チーズタッカルビ風 チキンソテー 付) キャベツと コーンのソテー もやしの和え物 味噌汁 (しめじ) ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 赤魚の煮付け 付) 冬瓜の煮物 胡瓜とくらげの ピリ辛和え のっぺい汁 高菜漬	ベイハン 米飯 焼き肉炒め 人参のナムル すまし汁 (たけのこ) ふりかけ (野菜) 
せいぶん 成分	I補 ⁺ - 1733 kcal たんぱく ⁺ 66.5 g 脂質 51.3 g えんぶん 8.0 g	I補 ⁺ - 1823 kcal たんぱく ⁺ 70.0 g 脂質 59.3 g えんぶん 10.3 g	I補 ⁺ - 1609 kcal たんぱく ⁺ 63.6 g 脂質 40.8 g えんぶん 7.7 g	I補 ⁺ - 1640 kcal たんぱく ⁺ 69.8 g 脂質 436.0 g えんぶん 8.6 g	I補 ⁺ - 1758 kcal たんぱく ⁺ 64.6 g 脂質 58.0 g えんぶん 9.2 g	I補 ⁺ - 1665 kcal たんぱく ⁺ 71.3 g 脂質 49.7 g えんぶん 7.3 g	I補 ⁺ - 1753 kcal たんぱく ⁺ 71.9 g 脂質 58.6 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。