



ひづけ 日付	9月7日 (日)	9月8日 (月)	9月9日 (火)	9月10日 (水)	9月11日 (木)	9月12日 (金)	9月13日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン りんごジャム マカロニサラダ ジュリアンスープ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ニラ玉 味噌汁 (おつゆ麴) ゆずみそ ギョウニウ 牛乳	メロンパン ポトフ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 イト系コンのピリ辛炒め ミソシル 味噌汁 (菜の花) イッショク ツクダニ 一食のり佃煮 ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン イチゴジャム スナップエンドウと ベーコンの炒め物 コーンスープ ギョウニウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの煮物 ミソシル 味噌汁 (茄子) ふりかけ (しそ) ギョウニウ 牛乳	ショク 食パン チョコクリーム ゴボウサラダ ヨーグルト ギョウニウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 鶏肉の竜田焼き ツケ 付) じゃが芋の金平 なすのおろし和え ス 清まし汁 (はんぺん) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 回鍋肉 ハクサイ アマズア 白菜の甘酢和え ス 清まし汁 (まいたけ) ふりかけ (ビーフ) 	チャーハン ちゃんぽん ヤ 焼き餃子 	そぼろ丼 キュウリ ア 胡瓜のキムチ和え アカダシ 赤出汁 (なめこ) ムース 	ベイハン 米飯 サケのマッシュポテト ヤ 焼き ツケ 付) パプリカソテー オクラと長芋の さっぱり梅和え ミソシル ハダイコン 味噌汁 (葉大根) ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 チキンカツ ツケ 付) スパゲッティ 野菜サラダ ミソシル コマツナ 味噌汁 (小松菜) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 マーボーナス 麻婆茄子 ヘルシーサラダ えのきと長ねぎの スープ アセロラゼリー 
ゆう 夕	ベイハン 米飯 シロミ サカナ 白身魚のパン粉焼き ツケ 付) ヤングコーン のソテー チンゲンサイ サクラ ア モノ 青梗菜と桜エビの和え物 ミソシル ダイコン 味噌汁 (大根) ふりかけ (わかめ)	ベイハン 米飯 レンコンイ ヤ 蓮根入りつくね焼き ツケ 付) インゲンのソテー シュンギク 春菊のデリサラダ ハルサメ 春雨スープ ごま昆布	ベイハン 米飯 レモンチキンマリネ ゴーヤチャンプルー ミソシル 味噌汁 (ワカメ) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 ぶり大根 サトイモ ニ 里芋のおかか煮 キャベツのお浸し ス 清まし汁 (春菊) ス 清まし汁 (シュンギク)	ベイハン 米飯 豆腐の肉みそあんかけ ほうれん草のお浸し ス 清まし汁 (とろろ昆布) くだもの (洋梨)	ベイハン 米飯 肉じゃが もやしのナムル ス 清まし汁 (つみれ) タカナツ 高菜漬け 	ベイハン 米飯 スパニッシュオムレツ ツケ 付) ブロッコリー チンゲンサイ 青梗菜のピーナッツ和え ウインナーと野菜の スープ ふりかけ (たらこ)
せいぶん 成分	I補* - 1618 kcal たんぱくしつ 67.9 g 蛋白質 ししつ 47.4 g 脂質 えんぶん 8.3 g 塩分	I補* - 1618 kcal たんぱくしつ 62.3 g 蛋白質 ししつ 44.0 g 脂質 えんぶん 8.3 g 塩分	I補* - 1749 kcal たんぱくしつ 77.9 g 蛋白質 ししつ 62.9 g 脂質 えんぶん 9.0 g 塩分	I補* - 1607 kcal たんぱくしつ 72.2 g 蛋白質 ししつ 39.5 g 脂質 えんぶん 9.3 g 塩分	I補* - 1801 kcal たんぱくしつ 71.0 g 蛋白質 ししつ 58.4 g 脂質 えんぶん 7.9 g 塩分	I補* - 1692 kcal たんぱくしつ 65.2 g 蛋白質 ししつ 45.7 g 脂質 えんぶん 7.7 g 塩分	I補* - 1775 kcal たんぱくしつ 60.2 g 蛋白質 ししつ 58.4 g 脂質 えんぶん 7.0 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。