



ひづけ 日付	9月14日 (日)	9月15日 (月)	9月16日 (火)	9月17日 (水)	9月18日 (木)	9月19日 (金)	9月20日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン ピーナッツマーガリン オムレツ いんげんのソテー ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ハナ 卵の花 ミソシル 味噌汁 (チンゲン菜) イッショク 一食たいみそ ギュウニユウ 牛乳	コッペパン スパゲッティサラダ パンプキンスープ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ダイコン 大根とツナの旨煮 ナットウ 納豆 ミソシル 味噌汁 (里芋) ギュウニユウ 牛乳	ロールパン りんごジャム かぼちゃのサラダ コーンスープ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 キンピラ レンコンの金平 ミソシル 味噌汁 (さつま芋) ふりかけ (しそ) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン イチゴジャム カブとベーコンの炒め物 きのこスープ ギュウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 サバ ウメ ヤ 鯖の梅しそ焼き ツケ 付) ふきの金平 ダイコン 大根のサラダ ミソシル 味噌汁 (キャベツ) ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 プタニク タケノコ 豚肉と筍の ユズコショウイタ 柚子胡椒炒め スナップエンドウと ゆで卵のサラダ ネギスープ マッチャ 抹茶ババロア	ベイハン 米飯 トリ カラア 鶏の唐揚げ ツケ 付) ほうれん草ソテー センギ 千切りキャベツ ミソシル 味噌汁 (白菜)	トリメシ 鶏飯 きつねうどん カニカマの 磯辺揚げ 	ベイハン 米飯 ごぼうつくね ツケ 付) 人參の金平 キリボシダイコン 切干大根と かにかまの酢の物 けんちん汁 ふりかけ (わかめ)	ソースカツ丼 シュンギク 春菊の ピーナッツ和え アカダシ 赤出汁 (豆腐) パインゼリー 	ロールパン ミートグラタン ポパイサラダ くだもの (フルーツミックス)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 プルコギ オクラのおかか和え たまごスープ キムチ	たかな 高菜ライス メンチカツ コンサイ トウニユウ 根菜の豆乳スープ くだもの (みか缶)	ベイハン 米飯 ジャーマンオムレツ ツケ 付) ブロッコリー キウリ チクワ スノモノ 胡瓜と竹輪の酢の物 ス 清まし汁 (巻き麩) しそ昆布	ベイハン 米飯 トウフ ぎせい豆腐 ツケ トウガン ニモノ 付) 冬瓜の煮物 ナ ハナ 菜の花としめじの カラシア 辛子和え ス 清まし汁 (おくら) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 アジフライ グリーンサラダ ミソシル 味噌汁 (もやし・にら) くだもの (バナナ) 	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉の マーマレード焼き ツケ 付) ピーマンの カリイタ ピリ辛炒め コマツナ 小松菜とがんもの煮物 ス 清まし汁 (ハンペン)	ベイハン 米飯 アカウオ ハカタヤ 赤魚の博多焼き ツケ 付) 卵焼き アオナ シラスア 青菜の白子和え ス 清まし汁 (そうめん) ふりかけ (野菜)
せいぶん 成分	I初値 - 1698 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.3 g ししつ 脂質 57.2 g えんぶん 塩分 8.7 g	I初値 - 1689 kcal たんぱくしつ 蛋白質 62.7 g ししつ 脂質 516.0 g えんぶん 塩分 6.7 g	I初値 - 1617 kcal たんぱくしつ 蛋白質 61.9 g ししつ 脂質 59.9 g えんぶん 塩分 8.5 g	I初値 - 1586 kcal たんぱくしつ 蛋白質 62.5 g ししつ 脂質 42.0 g えんぶん 塩分 8.9 g	I初値 - 1812 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.1 g ししつ 脂質 60.6 g えんぶん 塩分 7.8 g	I初値 - 1745 kcal たんぱくしつ 蛋白質 62.8 g ししつ 脂質 52.3 g えんぶん 塩分 8.4 g	I初値 - 1676 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.4 g ししつ 脂質 62.4 g えんぶん 塩分 9.7 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。