

ひづけ 日付	7月12日 (日)	7月13日 (月)	7月14日 (火)	7月15日 (水)	7月16日 (木)	7月17日 (金)	7月18日 (土)
あさ 朝	ホットケーキ マーガリン かぶのクリーム煮 牛乳	ベイハン 米飯 ナス 茄子のオイスター炒め 味噌汁 (オクラ) イッショク ツクダニ 一食のり佃煮	ショク 食パン マーマレードジャム マカロニサラダ かぼちゃのスープ 牛乳	ベイハン 米飯 れんこん金平 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (たまご)	ショク 食パン りんごジャム 豆と豆乳のサラダ ミルクスープ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの煮物 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (のりごま)	ショク 食パン ピーナッツマーガリン チリコンカン 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 レンコンイ 蓮根入りつくね焼き (照り焼き) ツケ タケノコキンピラ 付) 筍の金平 ほうれん草の白子とえ 味噌汁 (茄子) 野沢菜漬	ベイハン 米飯 シロミ サカナ 白身魚のマスタード焼き ツケ) マカロニソテー 菜の花のごまサラダ かき玉スープ ふりかけ (野菜)	そばめし 揚げシュウマイ わかめスープ フルーツゼリー	ベイハン 米飯 ハンバーグ (ケチャップソース) ツケ) ペッパー ブロッコリー 春雨と胡瓜の 胡麻マヨサラダ 味噌汁 (さつまいも) アイスクリーム	ベイハン 米飯 トリ カラア 鶏の唐揚げ ツケ) ヤングコーンの ソテー 千切りサラダ 味噌汁 (小松菜) ふりかけ (野菜)	ハヤシライス 里芋のサラダ プリン	ベイハン 米飯 ガーリックチキン ツケ) ラタトゥイユ 青梗菜のピーナッツ和え きゃべつのスープ ふりかけ (たらこ)
ゆふ 夕	ベイハン 米飯 ブタニク 豚肉とエリンギの ユズコンソウイタ 柚子胡椒炒め かぼちゃの コロコロサラダ キャベツのスープ ふりかけ (おかか)	ベイハン 米飯 トウフ ニク 豆腐の肉みそあんかけ おろし納豆 清まし汁 (そば) くだもの (黄桃缶)	ベイハン 米飯 ホイコウロウ 回鍋肉 もやしと豆苗のナムル もずくスープ 高菜漬	ベイハン 米飯 シロミサカナ カラア 白身魚の唐揚げ (ゴマソース) ツケ) ほうれん草の ソテー いんげんのおかか和え すまし汁 (巻き麩) 梅干し	ベイハン 米飯 さば大根 白菜と春菊の和え物 すまし汁 (うどん) くだもの (みかん)	ベイハン 米飯 ほうれん草と チーズのオムレツ ツケ) パプリカソテー オクラのなめ茸和え カリフラワーの 豆乳スープ ごま昆布	ベイハン 米飯 シロミ サカナ サイキョウヤ 白身魚のの西京焼き ツケ) いんげんの金平 ゴーヤチャンプルー 清まし汁 (春菊)
せいぶん 成分	I補料 - 1685 kcal たんぱく質 65.4 g 脂質 63.1 g えんぶん 7.7 g	I補料 - 1572 kcal たんぱく質 63.4 g 脂質 41.7 g えんぶん 7.1 g	I補料 - 1626 kcal たんぱく質 54.4 g 脂質 47.4 g えんぶん 7.3 g	I補料 - 1566 kcal たんぱく質 53.5 g 脂質 38.6 g えんぶん 7.4 g	I補料 - 1782 kcal たんぱく質 73.3 g 脂質 58.8 g えんぶん 8.0 g	I補料 - 1583 kcal たんぱく質 54.2 g 脂質 50.4 g えんぶん 8.2 g	I補料 - 1844 kcal たんぱく質 88.7 g 脂質 70.6 g えんぶん 8.2 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。