



日付	7月26日 (日)	7月27日 (月)	7月28日 (火)	7月29日 (水)	7月30日 (木)	7月31日 (金)	8月1日 (土)
あさ朝	ベイハン 米飯 キンピラ 金平ごぼう シュンギク 春菊とえのきの和え物 ミソシル 味噌汁 (じゃが芋) イッシュョク 一食のり佃煮 ギュウニユウ 牛乳	あんぱん クリームパン ダイズ レンコン 大豆と蓮根の コンソメ煮 タラモサラダ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 なすのオイスター ソース炒め ナットウ オクラ納豆 ミソシル 味噌汁 (ほうれん草) ツ かつぱ漬 ギュウニユウ 牛乳	タノ カシ お楽しみ菓子パン ポテトサラダ くだもの (バナナ) ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ニンジン 人参しりしり ア モノ キャベツと揚げの和え物 ミソシル 味噌汁 (南瓜) タカナ ツ 高菜漬 ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 コンプ カクテン ニモノ 昆布と角天の煮物 カリフラワーのサラダ ミソシル 味噌汁 (大根葉・人参) ツ しば漬 ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン チョコクリーム ス克蘭ブルエッグ ブロccoliの ギュウニユウ 牛乳 ゴマサラダ
ひる昼	ベイハン 米飯 プタニク ゴマ ミソ イタ 豚肉の胡麻味噌炒め ダイコン 大根サラダ ミソシル 味噌汁 (チンゲン菜) シューアイス	ベイハン 米飯 メバルのから揚げ (みぞれあん) ツケ ダイコンバ アブチタ 付) 大根葉のごま油炒め キュウリ シロ 胡瓜と白きくらげの ス モノ 酢の物 ス 清まし汁 (はんぺん) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 ギュウニク 牛肉のスパイスソテー ツケ 付) パセリマカロニ ゴマ ア いんげんの胡麻和え ミズナ カニカマと水菜の チュウカフウ 中華風スープ	ハン わかめご飯 サラ パリパリ皿うどん ヤ ギョウザ 焼き餃子 ストロベリーババロア	ベイハン 米飯 トリニク コウソク コヤ 鶏肉の香草パン粉焼き ツケ 付) パプリカソテー ハルサメ 春雨サラダ ミソシル 味噌汁 (茄子)	ドン カツ丼 ポパイサラダ トウフ ワカメと豆腐のスープ オウトウカン くだもの (黄桃缶) 	ベイハン 米飯 サバ 鯖のカレームニエル (トマトソース) ツケ 付) キャベツのソテー もやしの ア バンバンジー和え ペイザンヌスープ ヤサイ ふりかけ (野菜)
ゆう夕	オムライス (デミグラスソース) ブロccoliと エビ 海老のサラダ オニオンスープ くだもの (みかん缶) 	ベイハン 米飯 ガーリックチキン ツケ 付) ベーコンと スッキーニのソテー ツナとレタスのサラダ ミソシル 味噌汁 (白菜) ヨーグルト	ベイハン 米飯 サケ ショヤ 鮭の塩焼き ツケ アツヤ タマゴ 付) 厚焼き玉子 ニモノ ふきの煮物 ミソシル 味噌汁 (もやし・にら) ノザワナツ 野沢菜漬	ベイハン 米飯 トウフ ニク 豆腐の肉みそあんかけ ナ ハナ サクラ ア モノ 菜の花と桜エビの和え物 ス 清まし汁 (とろろ昆布) ツ べったら漬 ギュウリ 胡瓜とわかめの スミン ア 酢味噌和え カイワ タマゴ 貝割れと卵のスープ ツ つぼ漬	ベイハン 米飯 プタニク ニツ 豚肉とエリンギの ヌス コショウイタ 柚子胡椒炒め ツケ チンゲンサイ キクラゲ 付) 青梗菜と木耳のソテー キュウリ 胡瓜とわかめの スミン ア 酢味噌和え カイワ タマゴ 貝割れと卵のスープ ツ つぼ漬	ベイハン 米飯 アカウオ ニツ 赤魚の煮付け ツケ ハオニンジン 付) 花人参とおくら コマツナ 小松菜の ツ 粒マスタード和え シル レイ そうめん汁 (冷) コンプ しそ昆布	ベイハン 米飯 レンコンイ ヤ 蓮根入りつくね焼き (照り焼き) ツケ ダイコン キンピラ 付) 大根の金平 トウガン プタ 冬瓜と豚バラの煮物 ミソシル 味噌汁 (麩) アンニン 杏仁フルーツ
せいぶん成分	I補給 - 1899 kcal たんぱくしつ 76.1 g 蛋白質 ししつ 56.8 g 脂質 えんぶん 8.8 g 塩分	I補給 - 1744 kcal たんぱくしつ 71.0 g 蛋白質 ししつ 57 g 脂質 えんぶん 7.2 g 塩分	I補給 - 1755 kcal たんぱくしつ 708.0 g 蛋白質 ししつ 49.3 g 脂質 えんぶん 7.1 g 塩分	I補給 - 1836 kcal たんぱくしつ 76.7 g 蛋白質 ししつ 59.2 g 脂質 えんぶん 7.2 g 塩分	I補給 - 1838 kcal たんぱくしつ 75.6 g 蛋白質 ししつ 51.7 g 脂質 えんぶん 8.7 g 塩分	I補給 - 1760 kcal たんぱくしつ 69.7 g 蛋白質 ししつ 46.1 g 脂質 えんぶん 9.2 g 塩分	I補給 - 1796 kcal たんぱくしつ 76.0 g 蛋白質 ししつ 49.6 g 脂質 えんぶん 8.4 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。