



日付	8月9日 (日)	8月10日 (月)	8月11日 (火)	8月12日 (水)	8月13日 (木)	8月14日 (金)	8月15日 (土)
あさ朝	ベイハン 米飯 ケリボシダイコン カクテン ニモノ 切干大根と角天の煮物 チンゲンサイ ゴマ ア 青梗菜の胡麻和え ミソシル 味噌汁 (もやし・にら) 一食のり佃煮 ギョウニウウ 牛乳	マメ お豆のあんバターパン コールスローサラダ くだもの (みかん缶) ギョウニウウ 牛乳	ベイハン 米飯 れんこんの ユズ コショウイタ 柚子胡椒炒め チクワ ア モノ もやしと竹輪の和え物 ミソシル ハクサイ 味噌汁 (白菜) ツ つぼ漬け ギョウニウウ 牛乳	ロールパン マーマレードジャム スパゲッティサラダ ミートボールのトマト煮 牛乳	ベイハン 米飯 センギ コンブ 千切り昆布と ニンジン イタ 人参のツナ炒め キムチ納豆 味噌汁 (じゃが芋) カッパ漬け 牛乳	ベイハン 米飯 がんもの煮物 オクラのなめ茸和え ミソシル ダイコン 味噌汁 (大根) ツ しば漬け ギョウニウウ 牛乳	ボルガ ほうれん草の クリーム煮 くだもの (バナナ) ギョウニウウ 牛乳
ひる昼	ウメ 梅しらすご飯 ヒ 冷やし中華 メンチカツ ヨウナシ くだもの (洋梨) 	ベイハン 米飯 ギョウニク 牛肉とたけのこの アマカライタ 甘辛炒め イトカンテン チュウカア 糸寒天の中華和え タマ トマ玉スープ マスカットゼリー	ベイハン 米飯 アカウオ ハカタ ヤ 赤魚の博多焼き ツケ サトイモ 付) 里芋とベーコンの ソテー ナ ハナ 菜の花のおかか和え ミソシル ナス 味噌汁 (茄子) ぶりかけ (やさい)	チュウカドン 中華丼 ハルマ 春巻き ヤマイモ 山芋とめかぶの和え物 ミソシル アツア 味噌汁 (厚揚げ)	べいはん 米飯 ナンバン チキン南蛮 ツケ センギ 付) 千切りキャベツ コマツナ アブラア 小松菜と油揚げの からし和え ミソシル ア 味噌汁 (麩)	ベイハン 米飯 シロミ サカナ 白身魚の レモンバター蒸し ツケ ナ ハナ 付) 菜の花 ツケ 付) ウインナー アマカラミン イタ ゴーヤの甘辛味噌炒め ぶりかけ (さけ) シュークリーム ミソシル サトイモ 味噌汁 (里芋) ぶりかけ (たまご)	べいはん 米飯 フワフワ 和風ロールキャベツ ツケ ナ ハナ 付) 菜の花 ツケ 付) ウインナー アマカラミン イタ ゴーヤの甘辛味噌炒め ぶりかけ (さけ) シュークリーム
ゆう夕	べいはん 米飯 ダイコン さば大根 ツケ コマツナ 付) 小松菜 カマボコ ア モノ キャベツと蒲鉾の和え物 ス 清まし汁 (とろろ昆布) ぶりかけ (たらこ)	べいはん 米飯 ア 揚げ出し豆腐の シュンギク きのこあん 春菊のしらす和え ミソシル 味噌汁 (オクラ) ツ べったら漬け	ベイハン 米飯 ブタニク コウミ イタ 豚肉の香味炒め キウリ 胡瓜とカニカマの ショウガス ア 生姜酢和え ミソシル ハルキク 味噌汁 (春菊) オウトウカン くだもの (黄桃缶)	ベイハン 米飯 サワラ サイキョウ 鯖の西京焼き ツケ イト 付) 糸コンの炒めもの カクテン ニモノ ゴボウと角天の煮物 もずくスープ ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 チーズオムレツ ツケ 付) ブロッコリー ひじきとトマトの さっぱりサラダ もやしのスープ コンブ しそ昆布	べいはん 米飯 スプタ 酢豚 れんこんのゴマドレサラダ ミソシル カボチャ 味噌汁 (南瓜) ヨーグルト 	あんかけチャーハン マカロニのトマト煮 アスパラの ピーナッツバター和え くだもの (トロピカルフルーツ)
せいぶん成分	I補給 - 1809 kcal たんぱくしつ 66.6 g 蛋白質 ししつ 34.4 g 脂質 えんぶん 9.1 g 塩分	I補給 - 1803 kcal たんぱくしつ 70.9 g 蛋白質 ししつ 56.4 g 脂質 えんぶん 7.0 g 塩分	I補給 - 1718 kcal たんぱくしつ 73.6 g 蛋白質 ししつ 39.0 g 脂質 えんぶん 8.0 g 塩分	I補給 - 1816 kcal たんぱくしつ 70.4 g 蛋白質 ししつ 57.5 g 脂質 えんぶん 8.9 g 塩分	I補給 - 1889 kcal たんぱくしつ 70.4 g 蛋白質 ししつ 67.2 g 脂質 えんぶん 9.2 g 塩分	I補給 - 1890 kcal たんぱくしつ 72.4 g 蛋白質 ししつ 59.4 g 脂質 えんぶん 8.4 g 塩分	I補給 - 1841 kcal たんぱくしつ 54.2 g 蛋白質 ししつ 49.8 g 脂質 えんぶん 7.1 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。