

ひづけ 日付	9月6日 (日)	9月7日 (月)	9月8日 (火)	9月9日 (水)	9月10日 (木)	9月11日 (金)	9月12日 (土)
あさ 朝	ベイハン 米飯 コマツナ カクテン ニミノ 小松菜と角天の煮物 しらすのおろし和え ミソシル 味噌汁 (お麩) イッシュョク ツクダニ 一食のり佃煮 ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーマレードジャム ハムエッグ マカロニソテー ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ナスのオイスターソース炒め おろし納豆 ミソシル サトイモ 味噌汁 (里芋) ウメボ 梅干し ギュウニユウ 牛乳	クロワッサン (プレーン・チョコ) ウィンナーと ブロッコリーのソテー スパゲッティサラダ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 さばの塩焼き ダイコンバ アブオタ 大根葉のごま油炒め ミソシル カボチャ 味噌汁 (南瓜) しば漬 ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 イト アマカライタ 糸こんの甘辛炒め チンゲンサイ ゴマア 青梗菜の胡麻和え ミソシル ダイコン 味噌汁 (大根) カッパ漬 ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 バターロールパン ダイズ レンコン 大豆と蓮根の コンソメ煮 カリフラワーのサラダ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 ミックスフライ ツケ ちぎり野菜 ヒヤヤッコ 冷奴 なめ茸かけ ミソシル 味噌汁 (おくら) しその実漬	ベイハン 米飯 アカウオ ヤ 赤魚のマスタード焼き ツケ 付) スナップえんどうソテー ツケ 付) ヤングコーン もやしと サクラエビノアエモノ 桜えびの和え物 シル 清まし汁 (とろろ昆布) ふりかけ (たらこ)	ベイハン 米飯 ごぼうと牛肉の しぐれ煮 ハルサメ 春雨とハムのサラダ ミソシル 味噌汁 (チンゲン菜) くだもの (パイナップル)	ベイハン 米飯 ヤ 焼きそば ささみチーズフライ たまごスープ ふりかけ (さけ)	マーボードウフ 麻婆豆腐丼 ナス 茄子のマリネ カニカマと ミズナ 水菜のスープ ナシ くだもの (梨)	ベイハン 米飯 トリニク タツタア 鶏肉の竜田揚げ ツケ 付) 千切りキャベツ ソウ シラス ア ほうれん草の白子和え ミソシル 味噌汁 (じゃが芋)	ベイハン 米飯 コノ ヤ フウ お好み焼き風オムレツ ツケ 付) もやしバター キュウリ 胡瓜とわかめの アオ フウミ 青じそ風味 ミソシル 味噌汁 (ごぼう) ふりかけ (野菜)
ゆう 夕	ヤキニク 焼肉クッパ レンコンの炒め物 マセドアンサラダ くだもの (トロピカルフルーツ)	ベイハン 米飯 トリニク ヤサイ 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーの メンタイ 明太マヨサラダ ミソシル 味噌汁 (ほうれん草) ツケ 付) つぼ漬	ベイハン 米飯 フタニク アツア 豚肉と厚揚げの キムチ炒め キャベツの シソ昆布和え もやしのスープ ベったら漬	ベイハン 米飯 メバルのみそだれ蒸し ツケ 付) 花人参 ヤマイモ サンサイショウユア 山芋の山菜醤油和え ス 清まし汁 (巻き麩) タカナツ 高菜漬	ゆかりご飯 カップラーメン (チキンラーメン) ハルマ 春巻き ヨーグルト	ベイハン 米飯 サワラ カンコクフウ ツケ ヤ 鯖の韓国風の漬け焼き ツケ 付) 筍と人参のきんぴら オクラとめかぶの スノモノ 酢の物 きくらげの中華スープ シソ昆布	ベイハン 米飯 ポークソテー (トマトソース) ツケ 付) パプリカソテー チョレギサラダ ガーリックスープ くだもの (マンゴー)
せいぶん 成分	I補給 - 1899 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.3 g ししつ 脂質 59.2 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補給 - 1709 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.9 g ししつ 脂質 48.5 g えんぶん 塩分 7.8 g	I補給 - 1878 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.0 g ししつ 脂質 56.8 g えんぶん 塩分 7.7 g	I補給 - 1734 kcal たんぱくしつ 蛋白質 64.9 g ししつ 脂質 59.6 g えんぶん 塩分 7.9 g	I補給 - 1775 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.2 g ししつ 脂質 45.2 g えんぶん 塩分 7.3 g	I補給 - 1724 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.2 g ししつ 脂質 50.8 g えんぶん 塩分 8.1 g	I補給 - 1712 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.4 g ししつ 脂質 56.6 g えんぶん 塩分 9.3 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。