

# 週間予定献立表

日付	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	さつま芋茶粥	御飯	御飯	パン(ダブルソフト)	御飯	御飯	パン(ミルクロール、黒糖ロール)
	味噌汁(小松菜、おつゆ麩)	味噌汁(大根、葉)	味噌汁(じゃが芋、豆苗)	コーンスープ	味噌汁(里芋、葱)	味噌汁(大根葉、白玉麩)	コンソメスープ(ピーマン、ベーコン)
	厚焼き卵	さばの塩焼き	がんもの煮物	野菜ソテー	絹厚揚げと舞茸の煮物	お魚豆腐揚げの煮物	肉団子のケチャップ煮
	キャベツの和風和え	大根のツナ和え	キャベツの和風ドレ和え	春雨サラダ	温泉卵	春菊の胡麻和え	もやしのツナ和え
	牛乳	のり佃煮	漬物(高菜漬け)	チョコレートジャム	漬物(はりはり漬け)	梅干し	メープルジャム
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	433kcal	460kcal	469kcal	456kcal	530kcal	492kcal	474kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	★納涼祭献立★
	もずくスープ	すまし汁(豆腐、葉)	すまし汁(えのき、わかめ)	味噌汁(大根、水菜)	赤だし(豆腐、なめこ)	すまし汁(かまぼこ、三つ葉)	うな井
	漬物(赤しその実漬け)	漬物(つぼ漬)	金時豆	コンポート(白桃缶)	あみ佃煮	漬物(桜大根)	すまし汁(小花麩、ねぎ)
	Aぶりの照焼き	A白身魚の焼き浸し	A白身魚の磯焼き	Aきつねうどん	A蒸し鮭の和風バターソース	Aたらの甘酢あんかけ	根菜煮 
	Bチキンカツ	B鶏肉の梅焼き	B和風おろしハンバーグ	B豚キムチ	B鶏肉のマスタード焼き	B松風焼き	胡瓜柑橘和え
	冬瓜のとろみ煮	いんげんの金平風	切干大根の炒め煮	さつま揚げ煮付け	青菜の煮浸し	南瓜の甘味	コンポート(洋梨缶)
	オクラの和え物	マカロニサラダ	卵豆腐	いんげんの胡麻ドレ和え	コーンマヨネーズ和え	うまい菜のゆかり和え	
	Aエネルギー	509kcal	560kcal	467kcal	426kcal	544kcal	481kcal
Bエネルギー	468kcal	483kcal	565kcal	564kcal	518kcal	494kcal	
おやつ	今川焼き・牛乳	サッポロBBQ・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	シュークリーム・牛乳	抹茶パンケーキ・牛乳	黒糖ムース・牛乳	ドームケーキ・牛乳
おやつエネルギー	152kcal	107kcal	134kcal	124kcal	122kcal	132kcal	177kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(しいたけ、絹さや)	味噌汁(麩、ニラ)	味噌汁(白菜、人参)	豚汁	味噌汁(小花麩、チンゲン菜)	枝豆の呉汁(なす、みょうが)	すまし汁(春菊、麩)
	麻婆豆腐	肉じゃが	豚肉の南部焼き	めだいのムニエル	豚肉の生姜炒め	鶏肉の塩麴炒め	鶏肉のネギ味噌焼き
	たけのこのおかか煮	ふきの煮浸し	なすの煮物	かぶの生酢	牛蒡の炒り煮	ほうれん草のソテー	野菜の生姜炒め
	コンポート(洋梨缶)	コンポート(りんご缶)	漬物(赤胡瓜漬)	漬物(胡瓜漬)	漬物(つぼ漬)	コンポート(みかん缶)	漬物(きゅうり漬)
エネルギー	522kcal	541kcal	523kcal	492kcal	495kcal	497kcal	396kcal

