



週間予定献立表

日付	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	麦御飯	パン(ミルクパン、黒糖ロール)	御飯	御飯	パン(ダブルソフト)
	味噌汁(畑菜、しいたけ)	味噌汁(ねぎ、おつゆ麩)	味噌汁(キャベツ、しめじ)	コンソメスープ(玉葱、人参)	味噌汁(じゃが芋、若布)	味噌汁(大根、葉)	コンソメスープ(玉ねぎ、ベーコン)
	角天揚げと大根の煮物	卵の花	五目豆腐揚げ煮	シーフード卵焼き	白菜と竹輪の煮物	納豆	オムレツ
	オクラのおかか和え	チンゲン菜お浸し	とろろ	カリフラワーのマヨ和え	春菊のお浸し	さつま揚げの煮浸し	花野菜サラダ
	漬物(青しその実漬け)	ふりかけ(さけ)	漬物(赤しその実漬け)	ピーナッツジャム	のり佃煮	漬物(桜大根)	いちごジャム
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	405kcal	441kcal	441kcal	412kcal	416kcal	455kcal	402kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(もやし、小松菜)	味噌汁(白菜、揚げ)	味噌汁(かぶ、キャベツ)	すまし汁(はんぺん、豆苗)	味噌汁(なめこ、渦巻き麩)	味噌汁(まいたけ、玉葱)	コンソメスープ(セロリ、人参)
	コンポート(パイン缶)	コンポート(黄桃缶)	コンポート(白桃缶)	漬物(青しその実漬け)	フルーツ(マンゴー)	コンポート(白桃缶)	コンポート(みかん缶)
	A白身魚のおろし煮	A鯖のピリ辛焼き	A赤魚のザーサイ蒸し	A鰯の甘辛焼き	Aほきの焼き浸し	A冷やし中華	A鰯の香味焼き
	B若鶏の治部煮	B豚肉のオイスター炒め	B三色そばろ丼	Bミートローフ	B鶏肉のチーズ焼き	B鯖の煮付け	B夏野菜カレー
	さつま芋のいとこ煮	ひじきの炒り煮	中華炒め	根菜煮	きざみ昆布の煮物	しゅうまい	チンゲン菜木耳炒め
	ビーフンサラダ	胡瓜の酢の物	大根のサラダ	キャベツのフレンチサラダ	小松菜の白和え	めかぶサラダ	トマトのフレンチサラダ
	Aエネルギー	625kcal	562kcal	510kcal	430kcal	498kcal	502kcal
Bエネルギー	617Kcal	598kcal	554kcal	548kcal	556kcal	557kcal	529kcal
おやつ	ぽたぽた焼き・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	どら焼き・牛乳	バームロール・牛乳	味噌饅頭・牛乳	レモンゼリー・牛乳	シュークリーム・牛乳
おやつエネルギー	112kcal	110kcal	172kcal	195kcal	122kcal	100kcal	124kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁(とろろ昆布、かぶ葉)	卵スープ	味噌汁(茄子、絹さや)	味噌汁(うまい菜、えのき)	海老団子スープ	味噌汁(豆腐、畑菜)	味噌汁(冬瓜、豆苗)
	さわらの田楽焼き	中華肉団子	厚揚げと豚の炒めもの	豚バラ大根	揚げ出し豆腐あんかけ	白身魚の粕漬け焼き	豆腐きのこあんかけ
	筑前煮	茄子の味噌炒め	たけのこと舞茸の煮物	ほうれん草のおかか和え	わかめと胡瓜の梅肉和え	ふろふき大根	春雨中華和え
	浅漬け	漬物(しば漬)	漬物(つぼ漬)	コンポート(りんご缶)	漬物(きゅうり漬)	漬物(高菜漬)	漬物(赤胡瓜漬)
エネルギー	442kcal	560kcal	502kcal	531kcal	532kcal	456kcal	473kcal

