

# 週間予定献立表

日付	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	御飯	御飯	青菜としらすの粥	御飯	パン(ダブルソフト)	御飯
	味噌汁(かぶ、なめこ)	味噌汁(豆腐、三つ葉)	味噌汁(刻み庄内麩、じゃが芋)	味噌汁(豆苗、畑菜)	味噌汁(玉ねぎ、おつゆ麩)	コンソメスープ(玉ねぎ、ベーコン)	味噌汁(南瓜、貝割れ)
	納豆	ミートボールナポリタン	大根の炒め煮	ちくわの甘辛煮	炒り豆腐	オムレツ	つくね団子の照り煮
	はんぺんチーズ焼き	ポテトサラダ	春菊と人参の和え物	オクラのなめ茸和え	和風ドレ和え	花野菜サラダ	スナップエンドウのドレ和え
	漬物(しば漬け)	漬物(胡瓜漬)	ふりかけ	牛乳	漬物(刻みきゅうり)	いちごジャム	梅干し
	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	493kcal	535kcal	420kcal	331kcal	467kcal	406kcal	521kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(厚揚げ、えのき)	味噌けんちん汁	味噌汁(きゃべつ、もやし)	コンソメスープ(セロリ、人参)	味噌汁(あさり、ねぎ)	味噌汁(きざみ揚げ、わかめ)	味噌汁(白菜、小花麩)
	コンポート(カクテル缶)	コンポート(りんご缶)	うぐいす豆	コンポート(黄桃缶)	漬物(赤しその実漬け)	コンポート(白桃缶)	漬物(青しその実漬け)
	<b>A鮭の塩焼き</b>	<b>Aかれいの煮付け</b>	<b>Aたぬきそば</b>	<b>A白身魚の香り蒸し</b>	<b>A蒸し鮭の和風バターソース</b>	<b>Aめばるの葱たっぷり焼き</b>	<b>A白身魚のクリームソースかけ</b>
	<b>Bポークチャップ</b>	<b>Bハンバーグ</b>	<b>B豚肉の塩麴焼き</b>	<b>Bポークカレー</b>	<b>B鶏肉のマスタード焼き</b>	<b>B鶏のマヨ和え</b>	<b>B若鶏と野菜の生姜煮</b>
	なすのおかか煮	マカロニソテー	昆布の煮物	かニクリームコロッケ	うまい菜の煮浸し	さつま芋の甘煮	ビーフンの炒め煮
	わかめサラダ	そら豆サラダ	フレンチサラダ	かぶの和風ドレ和え	コーンマヨネーズ和え	菜の花の辛子味噌和え	サウザンサラダ
	AEエネルギー	553kcal	536kcal	530kcal	533kcal	514kcal	518kcal
BEエネルギー	603kcal	634kcal	532kcal	750kcal	504kcal	634kcal	499kcal
おやつ	ドームケーキ(チョコ)・牛乳	ハッピーターン・牛乳	どら焼き(こしあん)・牛乳	抹茶プリン・牛乳	味噌饅頭・牛乳	カステラ・牛乳	ブルーベリーゼリー・牛乳
おやつエネルギー	165kcal	121kcal	160kcal	143kcal	122kcal	169kcal	111kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁(とろろ昆布、水菜)	味噌汁(大根葉、椎茸)	中華スープ(なると、コーン)	味噌汁(大根、うまい菜)	すまし汁(かまぼこ、チンゲン菜)	味噌汁(ほうれん草、白玉麩)	すまし汁(卵、三つ葉)
	ほきの香味焼き	コロッケ&メンチカツ	豆腐きのこあんかけ	ぶり大根	タラのトマト煮	肉野菜炒め	鱈のピリ辛焼き
	チンゲン菜の信田煮	ささみと白菜のわさび和え	春雨サラダ	ほうれん草のソテー	カリフラワーとピーマンの胡麻炒め	冬瓜海老くず煮	もやしと水菜の和え物
	昆布佃煮	漬物(はりはり漬け)	漬物(つぼ漬)	しそ佃煮	コンポート(洋梨缶)	漬物(高菜漬け)	きゃらぶき
エネルギー	392kcal	629kcal	503kcal	482kcal	421kcal	490kcal	377kcal