

 週間予定献立表

日付	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	さつまいも粥	御飯
	味噌汁(玉ねぎ、かぶの葉)	味噌汁(畑菜、しいたけ)	コンソメスープ	味噌汁(キャベツ、わかめ)	味噌汁(しめじ、貝割れ)	味噌汁(玉ねぎ、きぬさや)	味噌汁(もやし、豆苗)
	野菜炒め	納豆	肉団子のオニオンソース	冬瓜の煮物	やわらかつみれの煮物	さつま揚げと里芋の煮物	高野豆腐の含め煮
	温泉卵	じゃが芋のツナ炒め	ブロッコリーのマヨ和え	菜の花としらすの和え物	二色和え	ほうれん草のなめ茸和え	ツナとキャベツのサラダ
	牛乳	牛乳	メープルジャム	のり佃煮	ふりかけ(かつお)	牛乳	うめびしお
			牛乳	牛乳	牛乳		牛乳
エネルギー	481kcal	494kcal	447kcal	424kcal	423kcal	414kcal	464kcal
昼	梅しそ御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(なめこ、長葱)	味噌汁(豆腐、大根葉)	味噌汁(白菜、三つ葉)	中華スープ(もやし、ねぎ)	味噌汁(しろ菜、麩)	すまし汁(麩、オクラ)	コンソメスープ
	漬物(胡瓜漬)	佃煮	フルーツ(バナナ)	漬物(しば漬)	漬物(つぼ漬)	コンポート(マンゴー缶)	コンポート(洋梨缶)
	Aさばの塩麴焼き	A鶏肉の生姜焼き	Aほきの煮付け～おろしがけ	A揚げ鶏のレモンソースがけ	Aさばの塩焼き	A豚肉のマスタード風味	Aオムライス
	B鶏肉のガーリックソースかけ	Bたらの磯辺揚げ	B野菜たんめん	B鰯の焼き浸し	B鶏肉のチーズ焼き	B赤魚のポン酢かけ	Bますの味噌漬け焼き
	里芋の煮物	かぶの煮物	ラタトゥイユ	蓮根の旨煮	大根の生姜煮	春雨の炒めもの	青梗菜のソテー
	しろなのみぞれ和え	ほうれん草のお浸し	青梗菜のごま和え	オクラのおかか和え	わかめの酢の物	ごま和え	三色サラダ
	484kcal	458kcal	471kcal	570kcal	505kcal	594kcal	552kcal
	478kcal	482kcal	534kcal	466kcal	490kcal	496kcal	507kcal
おやつ	ロアンヌ・牛乳	マスカットゼリー・ジョア	炭酸饅頭・牛乳	せんべい・牛乳	いちごゼリー・牛乳	パンケーキ・牛乳	あんぱん・牛乳
おやつエネルギー	137kcal	122kcal	128kcal	100kcal	110kcal	125kcal	196kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(うまい菜、麩)	味噌汁(もやし、わかめ)	具沢山汁	味噌汁(じゃが芋、きぬさや)	味噌汁(卵、三つ葉)	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(葱、麩)
	牛肉のしぐれ煮	しいらの甘酢あんかけ	シーフード卵焼き	めばるの漬け焼き	牛肉のオイスター炒め	ほきの生姜煮	焼肉
	いんげんの炒めもの	なすの炒め物	ごぼうの味噌炒め	炒り豆腐	カリフラワー中華和え	ブロッコリー和え物	筑前煮
	コンポート(洋梨缶)	コンポート(パイン缶)	漬物(桜大根)	コンポート(カクテル缶)	コンポート(黄桃缶)	漬物(青しその実漬)	漬物(高菜漬け)
エネルギー	485kcal	496kcal	527kcal	478kcal	470kcal	417kcal	483kcal

