



日付	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	御飯	麦ご飯	御飯	パン	御飯	御飯
	味噌汁(うまい菜、えのき)	味噌汁(玉ねぎ、みつば)	味噌汁(小松菜、麩)	味噌汁(しめじ、揚げ)	コーンスープ	味噌汁(玉ねぎ、オクラ)	味噌汁(小松菜、揚げ)
	豆腐のひき肉包み揚げ	厚揚げの煮物	大根とさつま揚げの炒め	野菜炒め	オムレツ	納豆	温泉卵
	なすの昆布つゆ和え	もやしの生姜醤油和え	長芋とろろ	ほうれん草のおかか和え	キャベツのごま和え	冬瓜と竹輪の煮物	キャベツとしらすの煮浸し
	梅干し	牛乳	牛乳	ふりかけ(さけ)	あんずジャム	牛乳	たいみそ
	牛乳			牛乳	牛乳		牛乳
エネルギー	478kcal	418kcal	433kcal	454kcal	480kcal	446kcal	469kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(キャベツ、揚げ)	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(なす、ねぎ)	コンソメスープ	味噌汁(白菜、わかめ)	中華スープ(春雨、豆苗)	すまし汁(花麩、ねぎ)
	コンポート(マンゴー缶)	漬物(胡瓜漬)	コンポート(カクテル缶)	フルーツ(バナナ)	漬物(赤胡瓜漬)	コンポート(洋梨缶)	漬物(しば漬け)
	A豚肉の生姜焼き	A鯖の塩レモン焼き	A豚肉の柚子醤油炒め	Aシーフードカレー	Aぶりの七味焼き	A中華丼	A厚揚げの肉味噌かけ
	Bますの和風ムニエル	B華風卵焼き	B冷やし中華	Bとんかつ	B鶏肉と野菜の煮物	Bさわらの生姜焼き	B白身魚の南蛮漬け
	炒り豆腐	里芋の味噌煮	昆布と大豆の炒め煮	青菜のバターソテー	かぶの洋風煮	海鮮焼売	じゃが芋炒め
	いんげんの香味和え	ブロッコリー和え	しろなの和え物	キャロットサラダ	トマトサラダ	おろし和え	カリフラワーの柚子風味和え
	546kcal	518kcal	565kcal	533kcal	506kcal	576kcal	593kcal
	531kcal	532kcal	463kcal	539kcal	486kcal	541kcal	536kcal
おやつ	パインゼリー・牛乳	ドームケーキカスタード・牛乳	ヨーグルトムース・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	黒糖饅頭・牛乳	クレープバニラ・ジョア	ライチゼリー・牛乳
おやつエネルギー	76kcal	179kcal	117kcal	110kcal	153kcal	159kcal	111kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(卵、畑菜)	コンソメスープ	味噌汁(かぶ、貝割れ)	味噌汁(豆腐、畑菜)	味噌汁(もやし、かぶの葉)	味噌汁(さつまいも、にら)	味噌汁(大根、豆苗)
	白身魚のピカタ	チーズハンバーグ	ますの煮付け	鶏肉の南部焼き	豚肉の玉ねぎ炒め	ほきのチーズ焼き	メバルの香味焼き
	マカロニサラダ	野菜サラダ	ごぼうの煮物	冬瓜のカニあんかけ	なすの和え物	青梗菜のくるみ和え	スパゲティカレーソテー
	漬物(つぼ漬)	コンポート(りんご缶)	漬物(桜大根)	煮豆	コンポート(黄桃缶)	漬物(つぼ漬)	コンポート(マンゴー缶)
エネルギー	525kcal	508kcal	440kcal	474kcal	534kcal	451kcal	482kcal

