

週間予定献立表

日付	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	ほたて雑炊	御飯	麦ごはん	菜粥	御飯	食パン	御飯
	味噌汁(白菜、しめじ)	味噌汁(玉ねぎ、麩)	味噌汁(きぬさや、わかめ)	味噌汁(しめじ、ねぎ)	味噌汁(茄子、貝割れ)	コンソメスープ(小松菜、人参)	味噌汁(えのき、オクラ)
	高野豆腐の含め煮	がんもの煮物	納豆	青菜のベーコン炒め	厚揚げの甘辛煮	スクランブルエッグ	お魚豆腐揚げ
	ほうれん草のマヨ和え	春菊の胡麻和え	チンゲン菜煮浸し	いんげんのピーナツ和え	ほうれん草の和え物	ポテトサラダ	キャベツのわさび和え
	牛乳	ふりかけ(さけ)	牛乳	牛乳	たいみそ	ブルーベリージャム	ふりかけ(しそ)
		牛乳			牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	475kcal	440kcal	446kcal	450kcal	467kcal	513kcal	478kcal
昼	御飯	御飯	御飯	きのこ御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(うまい菜、えのき)	味噌汁(かぶ、かぶの葉)	味噌汁(じゃが芋、豆苗)	味噌汁(もやし、うずまき麩)	味噌汁(まいたけ、いんげん)	中華スープ(ナルト、長葱)	味噌汁(たまねぎ、かぶの葉)
	フルーツ(パイ)	コンポート(マンゴー缶)	コンポート(パイ缶)	コンポート(カクテル缶)	漬物(桜大根漬)	フルーツ(バナナ)	コンポート(黄桃缶)
	Aたらのパン粉焼き	A冷やしそば	Aほっけの塩焼き	A豚肉のポン酢炒め	Aフライ盛り合わせ	A豚肉のオイスター炒め	A鯰の塩麴焼き
	B豚肉と茄子野菜炒め	Bますの葱醤油焼き	B鶏肉のガーリックソースかけ	Bさわらのカレー風味焼き	B豚肉のピリ辛焼き	Bほきの梅肉焼き	B鶏肉ときのこの炒め物
	れんこん金平	さつまいものレモン煮	ごぼうの甘辛煮	なすの含め煮	さつま揚げと昆布の炒り煮	切干大根の煮物	冬瓜の土佐煮
	かぶの甘酢和え	キャベツの磯和え	春雨サラダ	白菜の和風サラダ	イタリアンサラダ	カリフラワーのサラダ	ブロッコリーの和え物
	Aエネルギー	519kcal	503kcal	543kcal	573kcal	549kcal	519kcal
Bエネルギー	522kcal	553kcal	597kcal	610kcal	517kcal	466kcal	475kcal
おやつ	スイスロールコーヒー・牛乳	きなこムース・牛乳	クレープバナナ・牛乳	あんぱん・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	炭酸饅頭・ジョア	せんべい・牛乳
おやつエネルギー	179kcal	127kcal	146kcal	196kcal	110kcal	140kcal	100kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	チャーハン
	コンソメスープ(マッシュルーム、コーン)	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(冬瓜、小松菜)	すまし汁(はんぺん、三つ葉)	味噌汁(わかめ、大根葉)	味噌汁(白菜、豆苗)	中華スープ(きくらげ、人参)
	鶏肉のクリーム煮	鯖の生姜煮	カニ入り和風あんかけ	白身魚の味噌焼き	鶏肉のマヨネーズ焼き	赤魚の胡麻焼き	しゅうまい
	オクラのおかか和え	もやしのソテー	ひじきの煮物	大根の煮物	焼きビーフン	かぶのくず煮	ほうれん草サラダ
	佃煮	煮豆	漬物(赤しその実)	漬物(胡瓜漬)	フルーツ(オレンジ)	漬物(高菜漬)	
エネルギー	461kcal	492kcal	456kcal	454kcal	516kcal	425kcal	470kcal

