

週間予定献立表

日付	7月27日	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	パン	麦飯	御飯	御飯	御飯	さつま芋粥
	味噌汁(オクラ、葱)	コーンスープ	味噌汁(大根、貝割れ)	味噌汁(かぶ、舞茸)	味噌汁(なす、若布)	味噌汁(しろ菜、えのき)	味噌汁(玉ねぎ、揚げ)
	高野豆腐の煮物	冬瓜のコンソメ煮	青梗菜とさつま揚げの煮浸し	卵焼き	野菜の和風煮	はんぺんの卵とじ	いわしのかば焼き
	ほうれん草のピーナッツ和え	もやしサラダ	長芋とろろ	オクラのお浸し	しろなの和え物	カリフラワーのごま醤油和え	ちくわと白菜の和え物
	もろみみそ	りんごジャム	牛乳	ふりかけ(しそ)	のり佃煮	ふりかけ(たらこ)	牛乳
	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	
エネルギー	452kcal	517kcal	400kcal	444kcal	420kcal	488kcal	470kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(冬瓜、若布)	すまし汁(はんぺん、葱)	野菜スープ	味噌汁(小松菜、麩)	中華スープ(きくらげ、いんげん)	すまし汁(とろろ昆布、みつば)	中華スープ(ナルト、豆苗)
	Aかに玉	A赤魚の生姜煮	A夏野菜キーマカレー	A白身魚のタルタル焼き	A豚肉のパン粉焼き	Aぶりの味噌漬け焼き	A豆腐ステーキ
	Bますのつけ焼き	Bチキンソテー	Bかれのバター焼き	B鶏肉のねぎ塩焼き	B鰯の煮付け	B野菜タンメン	Bさわらの山椒焼き
	春雨炒め	なす味噌炒め	トマトサラダ	ゴーヤチャンプルー	昆布の炒め煮	翡翠煮	肉焼売
	フルーツ(バナナ)	コンポート(パイナップル)	フルーツヨーグルト	コンポート(洋梨缶)	コンポート(マンゴー缶)	コンポート(黄桃缶)	フルーツ(オレンジ)
	522kcal	470kcal	575kcal	565kcal	593kcal	476kcal	480kcal
	506kcal	526kcal	527kcal	486kcal	441kcal	472kcal	460kcal
おやつ	青りんごゼリー	酒まんじゅう	クレープチョコ	ピーチゼリー	クリームパン	ロアンヌ	チーズ蒸しパン
	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳	牛乳
	110kcal	139kcal	149kcal	122kcal	168kcal	137kcal	187kcal
タ	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	エビピラフ
	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(里芋、いんげん)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(白菜、豆苗)	味噌汁(玉ねぎ、大根葉)	味噌汁(かぶ、にら)	コンソメスープ(マッシュルーム、いんげん)
	豚肉のスタミナ炒め	肉豆腐	銀ヒラスの香味焼き	豚しゃぶ	ほきの粕漬け焼き	チキンチャップ	ミニコロッケ
	しろ菜煮浸し	菜の花の山吹和え	れんこんの塩麴炒め	さつま芋の甘煮	炒り豆腐	小松菜のバター炒め	マカロニサラダ
	ビーンズサラダ	漬物(しば漬)	胡瓜のわかめ和え	ほうれん草の辛子和え	大根サラダ	漬物(赤胡瓜漬)	
エネルギー	541kcal	459kcal	484kcal	507kcal	451kcal	455kcal	512kcal