



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	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯	麦飯	御飯	パン	御飯	ゆかり粥	御飯
	味噌汁(大根、かぶの葉)	味噌汁(玉ねぎ、しいたけ)	味噌汁(青梗菜、なす)	コンソメスープ(小松菜、マッシュルーム)	味噌汁(まいたけ、ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ、ニラ)	味噌汁(白菜、貝割れ)
	野菜炒め	じゃが芋のツナ炒め	焼き豆腐の煮物	ミートボール(ナポリタン)	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	納豆	オクラのおかか和え	ブロッコリーの胡麻ドレ和え	二色和え	ほうれん草のピーナッツ和え	ツナとキャベツのサラダ
	牛乳	牛乳	ふりかけ(かつお)	ジャム	たいみそ	牛乳	ふりかけ(しそ)
			牛乳	牛乳	牛乳		牛乳
エネルギー	475kcal	527kcal	408kcal	469kcal	454kcal	435kcal	465kcal
昼	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(冬瓜、大根葉)	すまし汁(麩、豆苗)	中華スープ(白菜、いんげん)	味噌汁(しろな、麩)	味噌汁(さつま芋、みつば)	味噌汁(かぶ、豆苗)
	A豚肉の葱塩かけ	Aますの和風ムニエル	A冷やし五目そば	A鶏肉のレモンソースかけ	Aほっけの塩焼き	A鱈の煮付け	A千草焼き
	B赤魚の塩麹焼き	B鶏肉の生姜焼き	B銀ヒラスの梅煮	Bかれいの味噌焼き	B鶏肉のチーズ焼き	B牛丼	Bぶりの粕漬け焼き
	里芋の煮物	ほうれん草のお浸し	かき揚げ	えびともやしの炒め物	カリフラワーサラダ	焼き餃子野菜あんかけ	筑前煮
	コンポート(パイナップル)	コンポート(洋梨缶)	コンポート(マンゴー缶)	フルーツ(バナナ)	コンポート(黄桃缶)	フルーツ(オレンジ)	コンポート(りんご缶)
	507kcal	485kcal	506kcal	536kcal	457kcal	530kcal	530kcal
	434kcal	457kcal	487kcal	492kcal	508kcal	613kcal	533kcal
おやつ	炭酸饅頭	せんべい	バナナスペシャル	ライチゼリー	焼きドーナツ	コーヒーゼリー	ドームケーキこしあん
	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	128kcal	100kcal	197kcal	111kcal	136kcal	122kcal	167kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤だし(なめこ、豆腐)	味噌汁(もやし、わかめ)	具沢山汁	味噌汁(しめじ、貝割れ)	かき玉汁(卵、みつば)	味噌汁(畑菜、えのき)	味噌汁(じゃが芋、白ねぎ)
	しいらの甘酢あんかけ	豚肉のしぐれ煮	華風卵焼き	サバの大葉焼き	豚肉のガーリック炒め	揚げ鶏の玉ねぎソース	シーフードのにんにくの芽炒め
	畑菜のうす煮	いんげんの炒め物	ごぼうの味噌炒め	冬瓜の信田煮	大根の生姜煮	もやし炒め	青梗菜の煮浸し
	茄子のごま和え	白菜のなめ茸和え	漬物(しば漬)	菜の花の磯和え	わかめの酢の物	佃煮	春雨のポン酢和え
エネルギー	518kcal	475kcal	491kcal	478kcal	470kcal	531kcal	451kcal

