



週間予定献立表

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	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン	御飯	御飯	ほたて雑炊	麦御飯	御飯	御飯
	コンソメスープ	味噌汁(玉ねぎ、みつば)	味噌汁(もやし、にら)	味噌汁(小松菜、麩)	味噌汁(うまい菜、えのき)	味噌汁(玉ネギ、オクラ)	味噌汁(小松菜、揚げ)
	野菜炒め	ハムとブロッコリーの炒め物	麩のたまごとじ	かぶとさつま揚げの炒め煮	野菜炒め	冬瓜とちくわの煮物	ミートボール(甘酢)
	ポテトサラダ	もやしの辛子和え	ほうれん草のおかか和え	茄子の昆布つゆ和え	長芋とろろ	納豆	白菜の和え物
	ジャム	ふりかけ(しそ)	たいみそ	牛乳	牛乳	牛乳	ふりかけ(さけ)
	牛乳	牛乳	牛乳				牛乳
エネルギー	538kcal	412kcal	468kcal	373kcal	447kcal	443kcal	477kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(青梗菜、えのき)	コンソメスープ(マッシュルーム、豆苗)	味噌汁(なす、ねぎ)	コンソメスープ(冬瓜、大根葉)	味噌汁(舞茸、わかめ)	中華スープ(春雨、しろ菜)	味噌汁(大根、豆苗)
	A豚肉のソテー	Aシーフードカレー	A肉蕎麦	Aますのムニエル	A焼き鰯の甘酢たれ	A中華丼	A赤魚のねぎ焼き
	Bさわらの塩レモン焼き	Bハンバーグ	Bぶりの七味焼き	B若鶏のマスタード焼き	Bタンドリーチキン	Bさばの味噌煮	B牛肉のゆず醤油炒め
	炒り豆腐	キャロットサラダ	昆布の五目煮	野菜サラダ	かぶの洋風煮	おろし和え	カリフラワーとつみれのコンソメ煮
	コンポート(マンゴー缶)	フルーツ(バナナ)	コンポート(りんご缶)	コンポート(洋梨缶)	フルーツ(オレンジ)	コンポート(黄桃缶)	コンポート(パイン缶)
Aエネルギー	526kcal	530kcal	579kcal	488kcal	427kcal	500kcal	436kcal
Bエネルギー	503kcal	532kcal	510kcal	471kcal	446kcal	499kcal	488kcal
おやつ	レアチーズムース	スイスロールコーヒーマカ	いちごゼリー	ドームケーキカスタード	あんぱん	クレープバニラ	素りんごゼリー
	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳	牛乳
	115kcal	179kcal	110kcal	191kcal	202kcal	147kcal	110kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(ほうれん草、卵)	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(オクラ、わかめ)	味噌汁(豆腐、畑菜)	味噌汁(大根、かぶの葉)	味噌汁(キャベツ、にら)	味噌汁(玉ねぎ、麩)
	ほきの焼き浸し	鶏肉の香味焼き	かれいの煮付け	メンチカツ	豚肉の卵炒め	銀ヒラスのチーズ焼き	鶏肉のクリーム煮
	春雨サラダ	じゃが芋炒め	ごぼうの炒め煮	油揚げと蓮根の煮物	ほうれん草の煮浸し	さつま芋のれもん煮	れんこん炒め
	漬物(つぼ漬)	佃煮	しろなのごまマヨ和え	白菜の浅漬け	きゃべつのシソの実和え	青梗菜のくるみ和え	漬物(赤しその実漬)
エネルギー	398kcal	471kcal	455kcal	607kcal	535kcal	558kcal	494kcal

