

週間献立表

		8月1日(日)	8月2日(月)	8月3日(火)	8月4日(水)	8月5日(木)	8月6日(金)	8月7日(土)
朝食	A 洋食	アスパラと海老のソテー ちんげん菜のドレッシング和え パン コンソメスープ 牛乳	ウインナーの野菜炒め ツナサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ベーコンスクランブルトースト フルーツ ブロッコリーのサラダ パン ポタージュ 牛乳	野菜とベーコンの豆乳クリーム煮 アスパラサラダ パン 牛乳	ほうれん草と卵の炒め物 マカロニサラダ パン コンソメスープ 牛乳	オムレツ 千切り野菜サラダ パン コンソメスープ 牛乳	ハムと野菜のソテー 豆のごま和えサラダ パン ポタージュ 牛乳
	B 和食	肉詰めいなり煮 ちんげん菜のドレッシング和え ごはん 味噌汁 牛乳	豆腐のそぼろ煮 ツナサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	明太子と高菜のお粥 ほっけの塩焼き ブロッコリーのサラダ 牛乳	いわしつみれの煮物 納豆 ごはん 味噌汁 牛乳	はんぺんマヨネーズ焼き マカロニサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	じゃが芋とツナの炒め物 千切り野菜サラダ ごはん 味噌汁 牛乳	かぼちゃリゾット 高野豆腐の卵とじ 豆のごま和えサラダ 牛乳
昼食	A	さばの塩麹焼き 切干大根の炒め煮 白菜のゆかり和え ごはん 味噌汁	豚肉のねぎ塩炒め 大根の水晶煮 キャベツのお浸し 枝豆ごはん すまし汁	チキンライス ミモザサラダ 豆乳プリン オニオンスープ	かれいの照り焼き 高野豆腐の含め煮 白菜のわさび和え ごはん すまし汁	豚肉のハニーマスタード焼 ポテトのベーコン炒め イタリアンサラダ ごはん コンソメスープ	【お祭りメニュー】 焼きそば・お好み焼き じゃがバター 冷やしパイン 中華スープ	肉豆腐 南瓜の含め煮 なすの酢味噌あえ ごはん 味噌汁
	B	かき揚げ天丼 切干大根の炒め煮 白菜のゆかり和え 味噌汁	めばるの葱味噌焼き 大根の水晶煮 キャベツのお浸し 枝豆ごはん すまし汁	さけのトマトチーズ焼き ミモザサラダ 豆乳プリン ごはん オニオンスープ	冷やし月見うどん 高野豆腐の含め煮 白菜のわさび和え ごはん 味噌汁	さけのムニエル タルタルソース ポテトのベーコン炒め イタリアンサラダ ごはん コンソメスープ	SPECIAL 	さばの塩焼き 南瓜の含め煮 なすの酢味噌あえ ごはん 味噌汁
おやつ		チョコレートババロア	ようかんロール	フルーツパウンドケーキ	せんべい	もみじ饅頭	ブッセ	マドレーヌ
夕食	A	鶏肉の治部煮 ほうれん草の卵とじ カラフルサラダ ごはん すまし汁	たらの煮付け いんげんの炒め物 しる菜のわさび和え フルーツ ごはん 味噌汁	サワラの山椒焼き 厚揚げと野菜の炊き合わせ ほうれん草の和え物 ごはん すまし汁	海老玉 がんもどきの煮物 おぐらの黒胡麻和え ごはん 味噌汁	さばの幽庵焼き なすとピーマンの炒め物 漬物 ごはん 具沢山味噌汁	ほっけみりん漬焼き 根菜の煮物 ちんげん菜の辛子和え フルーツ ごはん 味噌汁	かれいのパン粉焼 アスパラとしめじのソテー キャベツのドレッシング和え ごはん コンソメスープ
	B	たちうおのしそ焼き ほうれん草の卵とじ カラフルサラダ ごはん すまし汁	牛肉ごぼうのしぐれ煮 いんげんの炒め物 しる菜のわさび和え フルーツ ごはん 味噌汁	豚肉の味噌焼 厚揚げと野菜の炊き合わせ ほうれん草の和え物 ごはん すまし汁	あじフライ がんもどきの煮物 おぐらの黒胡麻和え ごはん 味噌汁	筑前煮 なすとピーマンの炒め物 漬物 ごはん 具沢山味噌汁	牛肉の甘辛炒め 根菜の煮物 ちんげん菜の辛子和え フルーツ ごはん 味噌汁	豚肉のにんにく醤油 アスパラとしめじのソテー キャベツのドレッシング和え ごはん コンソメスープ
日計	A	1548kcal 炭水化物:64.2g 脂質:46.3g 食塩相:9.1g	1612kcal 炭水化物:65.2g 脂質:47.9g 食塩相:11.3g	1565kcal 炭水化物:71.6g 脂質:49.0g 食塩相:7.7g	1515kcal 炭水化物:70.2g 脂質:41.4g 食塩相:10.5g	1892kcal 炭水化物:60.5g 脂質:79.7g 食塩相:9.9g	1536kcal 炭水化物:53.0g 脂質:36.4g 食塩相:8.6g	1690kcal 炭水化物:62.1g 脂質:53.4g 食塩相:9.5g
日計	B	1629kcal 炭水化物:50.2g 脂質:52.1g 食塩相:8.2g	1661kcal 炭水化物:68.5g 脂質:43.4g 食塩相:9.4g	1685kcal 炭水化物:91.3g 脂質:51.6g 食塩相:9.2g	1587kcal 炭水化物:59.1g 脂質:40.2g 食塩相:11.8g	1714kcal 炭水化物:59.0g 脂質:54.2g 食塩相:8.6g	1598kcal 炭水化物:51.1g 脂質:40.5g 食塩相:8.4g	1890kcal 炭水化物:61.3g 脂質:74.5g 食塩相:8.6g

都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

週間献立表

		8月8日(日)	8月9日(月)	8月10日(火)	8月11日(水)	8月12日(木)	8月13日(金)	8月14日(土)
朝食	A 洋食	海老ボールのスープ煮 ほうれん草の和え物 パン 牛乳	目玉焼き キャベツサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ソーセージとじゃが芋の炒め物 チンゲン菜のドレッシング和え パン ポタージュ 牛乳	ベーコンとあさりのトマト煮込み 大根サラダ パン 牛乳 フルーツ	ツナとキャベツのソテー 白菜サラダ パン コンソメスープ 牛乳	さつまいものクリーム煮 マカロニサラダ パン 牛乳	ピザトースト カリフラワーとツナのサラダ デザート コンソメスープ 牛乳
	B 和食	肉団子の和風あん ほうれん草の和え物 ごはん 味噌汁 牛乳	さけの西京焼 キャベツサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	梅と蒸し鶏の雑炊 竹輪の煮物 チンゲン菜のドレッシング和え 牛乳	豚肉と野菜のソテー 納豆 ごはん 味噌汁 牛乳	五目炒り卵 白菜サラダ ごはん 味噌汁 牛乳	厚揚げの炒め物 マカロニサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	豆乳リゾット 大豆と鶏肉の煮物 カリフラワーとツナのサラダ 牛乳
昼食	A	【山の日メニュー】 鶏の唐揚げ 金平ごぼう スパゲティサラダ おにぎり 赤だし	たらのバター焼 黒はんぺんフライ コーンサラダ ごはん コンソメスープ	麻婆茄子 餃子 マンゴープリン ごはん 中華スープ	さわらの竜田焼き ピーマンともやしのそぼろ炒め 和風サラダ ごはん 味噌汁	さけのグリル バジル風味 花野菜サラダ いんげんソテー ごはん コンソメスープ	鶏肉の照り焼き レタスサラダ ヨーグルト ごはん コンソメスープ	豚肉ときのこの和風ソテー 白菜のじゃこ浸し なすのずんだ和え とうもろこしごはん 味噌汁
	B SPECIAL		スパゲッティミートソース 黒はんぺんフライ コーンサラダ コンソメスープ	冷やし中華 餃子 マンゴープリン 中華スープ	穴玉丼 ピーマンともやしのそぼろ炒め 和風サラダ 味噌汁	ハンバーグ デミグラスソース 花野菜サラダ いんげんソテー ごはん コンソメスープ	海老とトマトクリームスパゲティ レタスサラダ ヨーグルト コンソメスープ	カレイの煮付け 白菜のじゃこ浸し なすのずんだ和え とうもろこしごはん 味噌汁
おやつ		黒糖まんじゅう	メープルクリームパンケーキ	どらやき	パウムクーヘン	せんべい	スイートポテト	パンナコッタ
夕食	A	豚肉の生姜焼 大根と小エビの炒り煮 春雨の酢の物 御飯 味噌汁	鶏肉のみぞれ煮 かぶの塩麹炒め 小松菜の胡麻和え フルーツ ごはん 味噌汁	えびと高野豆腐の卵とじ ひじきの煮物 胡瓜とかにかに風味の和え物 ごはん 味噌汁	タンドリーチキン なすの揚げ浸し ほうれん草のお浸し ごはん すまし汁	めばるのネギ味噌焼 春雨のさっと煮 中華和え ごはん 中華スープ	豚肉のレモンペッパーソース アスパラベーコンソテー 三色和え物 フルーツ ごはん 味噌汁	さばの醤油タレ焼き 花真丈の煮物 いんげんの辛子和え ごはん すまし汁
	B	赤魚の粕漬 大根と小エビの炒り煮 春雨の酢の物 御飯 味噌汁	あじの南蛮焼き かぶの塩麹炒め 小松菜の胡麻和え フルーツ ごはん 味噌汁	肉団子の甘酢あんかけ ひじきの煮物 胡瓜とかにかに風味の和え物 ごはん 味噌汁	赤魚のもろみ味噌焼 なすの揚げ浸し ほうれん草のお浸し ごはん すまし汁	チンジャオロース 春雨のさっと煮 中華和え ごはん 中華スープ	白身魚のムニエルおろしポン酢かけ アスパラベーコンソテー 三色和え物 フルーツ ごはん 味噌汁	厚揚げと牛肉のこく旨炒め 花真丈の煮物 いんげんの辛子和え ごはん すまし汁
日計	A	エネルギー: 1661kcal 炭水化物: 64.4g 脂質: 52.9g 食塩相当量: 10.0g	エネルギー: 1627kcal 炭水化物: 65.5g 脂質: 51.7g 食塩相当量: 9.0g	エネルギー: 1693kcal 炭水化物: 54.9g 脂質: 49.0g 食塩相当量: 9.0g	エネルギー: 1659kcal 炭水化物: 61.8g 脂質: 57.2g 食塩相当量: 9.7g	エネルギー: 1451kcal 炭水化物: 54.0g 脂質: 51.3g 食塩相当量: 9.6g	エネルギー: 1702kcal 炭水化物: 59.0g 脂質: 62.6g 食塩相当量: 7.7g	エネルギー: 1824kcal 炭水化物: 68.9g 脂質: 74.6g 食塩相当量: 10.0g
日計	B	エネルギー: 1635kcal 炭水化物: 64.1g 脂質: 41.6g 食塩相当量: 9.4g	エネルギー: 1725kcal 炭水化物: 74.3g 脂質: 43.6g 食塩相当量: 10.5g	エネルギー: 1729kcal 炭水化物: 68.1g 脂質: 40.0g 食塩相当量: 10.7g	エネルギー: 1654kcal 炭水化物: 70.0g 脂質: 47.7g 食塩相当量: 9.0g	エネルギー: 1650kcal 炭水化物: 59.1g 脂質: 54.5g 食塩相当量: 10.2g	エネルギー: 1623kcal 炭水化物: 60.0g 脂質: 42.4g 食塩相当量: 9.5g	エネルギー: 1895kcal 炭水化物: 79.0g 脂質: 66.3g 食塩相当量: 9.9g

都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

週間献立表

		8月15日(日)	8月16日(月)	8月17日(火)	8月18日(水)	8月19日(木)	8月20日(金)	8月21日(土)
朝食	A 洋食	ツナ入りスクランブルエッグ 豆サラダ パン コンソメスープ 牛乳 1700kcal	ベーコンと野菜のソテー かにかまとキャベツのサラダ パン コーンポタージュ 牛乳 1461kcal	エビボールのトマト煮 ポテトサラダ パン 牛乳 1489kcal	オムレツ コーンサラダ パン コンソメスープ 牛乳 1448kcal	チキンとかぶのクリーム煮 しる菜としらすのサラダ パン 牛乳 1529kcal	肉団子のコンソメ煮 ブロッコリーのおかか和え パン ポタージュ 牛乳 1292kcal	海老と野菜の炒め物 パンプキンサラダ パン オニオンスープ 牛乳 1451kcal
	B 和食	アスパラと海老の炒め物 豆サラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1481kcal	ソーセージと卵の炒め物 かにかまとキャベツのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1497kcal	豚肉のみぞれ雑炊 三色信田の煮物 ポテトサラダ 牛乳 1572kcal	さわらのみりん漬焼 納豆 ごはん 味噌汁 牛乳 1555kcal	厚焼卵 しる菜としらすのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1560kcal	根菜と竹輪の煮物 ブロッコリーのおかか和え ごはん 味噌汁 牛乳 1425kcal	鶏と生姜の中華粥 ツナと野菜の炒め物 パンプキンサラダ 牛乳 1507kcal
昼食	A	白身魚フライ ピーマンの塩炒め 胡瓜とみょうがの酢の物 ごはん 味噌汁 1614kcal	鶏肉のにんにく醤油 切干大根の煮物 菜の花のお浸し ごはん 味噌汁 1534kcal	さばの甘酢あんかけ 南瓜の煮物 豆腐サラダ ごはん 味噌汁 1764kcal	さけのバジル焼き いんげんとしめじのソテー コールスロー ごはん グリーンポタージュ 1444kcal	牛肉とごぼうの煮込み じゃがいも金平 白菜の和え物 ごはん 味噌汁 1488kcal	【夏バテ予防メニュー】 スタミナ丼 ゴーヤの梅和え サイダーポンチ 味噌汁 	メバルの煮付 ごぼうの味噌炒め わさび和え ごはん すまし汁 1436kcal
	B	和風きのこスパゲティ ピーマンの塩炒め 胡瓜とみょうがの酢の物 1425kcal	さわらの西京焼き 切干大根の煮物 菜の花のお浸し 味噌汁 1255kcal	ささみロールカツ 南瓜の煮物 豆腐サラダ ごはん 味噌汁 1509kcal	なすとベーコンのトマトパスタ いんげんとしめじのソテー コールスロー グリーンポタージュ 1581kcal	冷やしとろろそば じゃがいも金平 白菜の和え物 1430kcal		高菜チャーハン ごぼうの味噌炒め わさび和え ごはん すまし汁 1649kcal
おやつ		人形焼き 177kcal	シューアイス 185kcal	いちごクレープ 189kcal	まごころすいーつ 11kcal	今川焼 191kcal	生チョコカップケーキ 175kcal	オレンジゼリー 66kcal
夕食	A	豚肉の味噌漬け焼き 白菜のさっと煮 なます ごはん すまし汁 1539kcal	たちゅおの七味焼き 竹輪の磯辺揚げ ぬた和え フルーツ ごはん 味噌汁 1854kcal	親子煮 ビーフン炒め 漬物 ごはん 味噌汁 1460kcal	肉じゃが ごぼうの味噌炒め 小松菜のピーナツ和え ごはん すまし汁 1497kcal	たらの唐揚げ 梅おろしソース いかと花野菜の炒め物 ほうれん草ののり浸し ごはん 味噌汁 1495kcal	豚肉と卵の炒めもの さつまいもの甘煮 千切野菜のポン酢和え フルーツ ごはん すまし汁 1543kcal	かれいのチーズ風味ピカタ ブロッコリーのオイスター炒め 白菜のコールスロー ごはん コンソメスープ 1446kcal
	B	ほっけの山椒焼き 白菜のさっと煮 なます ごはん すまし汁 1406kcal	つくね焼おろしぼん酢 竹輪の磯辺揚げ ぬた和え フルーツ ごはん 味噌汁 1488kcal	赤魚のホイル焼 ビーフン炒め 漬物 ごはん 味噌汁 1627kcal	豆腐ハンバーグ ごぼうの味噌炒め 小松菜のピーナツ和え ごはん すまし汁 1624kcal	鶏肉の南部焼 いかと花野菜の炒め物 ほうれん草ののり浸し ごはん 味噌汁 1623kcal	めばるの味噌幽庵焼 さつまいもの甘煮 千切野菜のポン酢和え フルーツ ごはん すまし汁 1489kcal	鶏肉のねぎ味噌焼 ブロッコリーのオイスター炒め 白菜のコールスロー ごはん コンソメスープ 1494kcal
日計	A	1740kcal 炭水化物:64.7g 脂質:60.0g 食塩相:9.8g	1714kcal 炭水化物:64.1g 脂質:56.2g 食塩相:9.9g	1802kcal 炭水化物:61.7g 脂質:63.4g 食塩相:9.3g	1390kcal 炭水化物:56.8g 脂質:35.7g 食塩相:7.6g	1603kcal 炭水化物:71.8g 脂質:42.2g 食塩相:9.8g	1679kcal 炭水化物:62.2g 脂質:56.5g 食塩相:10.8g	1398kcal 炭水化物:61.5g 脂質:30.4g 食塩相:7.4g
日計	B	1406kcal 炭水化物:63.7g 脂質:24.2g 食塩相:10.1g	1488kcal 炭水化物:63.0g 脂質:45.4g 食塩相:10.0g	1627kcal 炭水化物:66.2g 脂質:39.8g 食塩相:10.1g	1624kcal 炭水化物:63.6g 脂質:44.1g 食塩相:11.5g	1623kcal 炭水化物:61.6g 脂質:38.3g 食塩相:9.6g	1758kcal 炭水化物:66.0g 脂質:46.0g 食塩相:10.0g	1715kcal 炭水化物:56.2g 脂質:45.7g 食塩相:8.3g

都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

週間献立表

	8月22日(日)	8月23日(月)	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)
朝食	A 洋食 ポイルウインナー チーズサラダ パン コンソメスープ 牛乳 1100kcal	肉団子のクリーム煮 ほうれん草のドレッシング和え パン 牛乳 1100kcal	スクランブルエッグ ポテトサラダ パン コーンポタージュ 牛乳 1100kcal	はんぺんチーズ焼 いんげんのドレッシング和え パン コンソメスープ 牛乳 1100kcal	海老ボールのポトフ風 キャベツとツナのサラダ パン 牛乳 1100kcal	ウインナーソテー 大根サラダ パン コンソメスープ 牛乳 1100kcal	ポテトのベーコン炒め マカロニサラダ パン パンプキンポタージュ 牛乳 1100kcal
	B 和食 五目炒り卵 チーズサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1100kcal	魚河岸揚げの含め煮 ほうれん草のドレッシング和え ごはん 味噌汁 牛乳 1100kcal	野菜たっぷり卵粥 ほっけの塩焼 ポテトサラダ 牛乳 1100kcal	里芋のそぼろ煮 納豆 ごはん 味噌汁 牛乳 1100kcal	厚揚げと野菜の炒め物 キャベツとツナのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1100kcal	五目厚焼卵 大根サラダ ごはん 味噌汁 牛乳 1100kcal	白菜とツナのクリームリゾット ハムと小松菜の炒め物 マカロニサラダ 牛乳 1100kcal
昼食	A 酢鶏 焼餃子 ザーサイ和え ごはん 中華スープ お肉 1100kcal	サーモンフライ 大根のそぼろあんかけ 長芋のわさび和え ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	さばの味噌煮 焼がんものおろしのせ 和風サラダ ごはん すまし汁 お魚 1100kcal	【夏祭り】 天井 夏野菜の煮浸し 季節の果物 すまし汁 1100kcal	チキンカレー フレッシュサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ カレー お肉 1100kcal	豚肉の葱醬油炒め 根菜と竹輪の炒り煮 胡瓜の酢の物 ごはん 味噌汁 お肉 1100kcal	回鍋肉 山菜ナムル ピーチゼリー ごはん 中華スープ お肉 1100kcal
	B 海老と豆腐のチリソース 焼餃子 ザーサイ和え ごはん 中華スープ 1100kcal	焼き鳥丼 大根のそぼろあんかけ 長芋のわさび和え 味噌汁 丼 1100kcal	五目そうめん 焼がんものおろしのせ 和風サラダ 1100kcal	 SPECIAL 1100kcal	ホキのリヨネーズ焼き フレッシュサラダ フルーツヨーグルト ごはん コンソメスープ お肉 1100kcal	カレイの和風野菜あんかけ 根菜と竹輪の炒り煮 胡瓜の酢の物 ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	坦々麺 山菜ナムル ピーチゼリー 1100kcal
おやつ	コーヒーゼリー 1100kcal	レモンケーキ 1100kcal	カステラ 1100kcal	バナナクレープ 1100kcal	ワッフル 1100kcal	小倉パイ 1100kcal	
夕食	A 白身魚の味噌マヨネーズ焼き たけのこの土佐煮 もやしとニラのおかか和え ごはん すまし汁 お魚 1100kcal	牛皿 チンゲン菜と卵の炒め物 キャベツの和え物 フルーツ ごはん 味噌汁 お肉 1100kcal	鶏肉の柚子こしょう焼き ひじきの炒り煮 漬物 ごはん 味噌汁 お肉 1100kcal	さけの照り焼き 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	牛肉ときゃべつの香味炒め 金平ごぼう 小松菜と油揚げの和えもの ごはん 味噌汁 お肉 1100kcal	赤魚の煮付け きゃべつのピリ辛炒め 笹かま和え フルーツ ごはん すまし汁 お魚 1100kcal	ミックスフライ マカロニソテー グリーンサラダ ごはん コンソメスープ 洋食 1100kcal
	B 豚肉の山椒味噌焼き たけのこの土佐煮 もやしとニラのおかか和え ごはん すまし汁 お肉 1100kcal	さわらの漬焼き チンゲン菜と卵の炒め物 キャベツの和え物 フルーツ ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	めばるの香味ソース ひじきの炒り煮 漬物 ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	豚肉のごま漬焼 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁 お肉 1100kcal	ほっけみりん漬焼き 金平ごぼう 小松菜と油揚げの和えもの ごはん 味噌汁 お魚 1100kcal	鶏肉の梅煮 きゃべつのピリ辛炒め 笹かま和え フルーツ ごはん すまし汁 お肉 1100kcal	デミチーズハンバーグ マカロニソテー グリーンサラダ ごはん コンソメスープ お肉 1100kcal
日計	A 1520kcal 92n7:60.5g 脂質:49.5g 食塩相:10.0g	1776kcal 92n7:63.2g 脂質:62.5g 食塩相:8.6g	1722kcal 92n7:66.0g 脂質:66.5g 食塩相:10.2g	1322kcal 92n7:52.2g 脂質:36.4g 食塩相:8.1g	1690kcal 92n7:55.6g 脂質:54.3g 食塩相:8.3g	1425kcal 92n7:64.5g 脂質:37.1g 食塩相:9.0g	1801kcal 92n7:53.1g 脂質:64.2g 食塩相:9.1g
日計	B 1645kcal 92n7:63.5g 脂質:47.8g 食塩相:10.0g	1680kcal 92n7:68.5g 脂質:45.9g 食塩相:9.4g	1308kcal 92n7:61.6g 脂質:30.1g 食塩相:12.1g	1572kcal 92n7:52.2g 脂質:49.7g 食塩相:6.9g	1587kcal 92n7:59.4g 脂質:44.0g 食塩相:8.6g	1621kcal 92n7:64.1g 脂質:42.5g 食塩相:8.8g	1854kcal 92n7:59.6g 脂質:67.7g 食塩相:9.2g

都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

週間献立表

		8月29日(日)	8月30日(月)	8月31日(火)			
朝食	A 洋食	目玉焼き ツナコーンサラダ パン コンソメスープ 牛乳 <small>エネルギー：628kcal</small>	大豆とベーコンのトマト煮 カリフラワーのサラダ パン 牛乳 <small>エネルギー：447kcal</small>	豚肉と野菜のソテー ポテトサラダ パン コンソメスープ 牛乳 <small>エネルギー：418kcal</small>			
	B 和食	高野豆腐の卵とじ ツナコーンサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 <small>エネルギー：508kcal</small>	肉団子の煮物 カリフラワーのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳 <small>エネルギー：510kcal</small>	トマトリゾット 海老と野菜の炒め物 ポテトサラダ 牛乳 <small>エネルギー：491kcal</small>			
昼食	A	たらの油琳ソースがけ しゅうまい 野菜の中華和え ごはん 中華スープ <small>エネルギー：557kcal</small>	蒸し魚のわさび醤油ソース 根菜の煮物 小松菜の胡桃和え ごはん 味噌汁 <small>エネルギー：432kcal</small>	チキンのグリル ゆず胡椒ソース アスパラのマヨネーズソテー カラフルサラダ 御飯 コンソメスープ <small>エネルギー：507kcal</small>			
	B	ちゃんぽん しゅうまい 野菜の中華和え <small>種類</small> <small>エネルギー：528kcal</small>	梅とろろ昆布うどん 根菜の煮物 小松菜の胡桃和え <small>種類</small> <small>エネルギー：214kcal</small>	さけの照り焼き アスパラのマヨネーズソテー カラフルサラダ 御飯 コンソメスープ <small>エネルギー：438kcal</small>			
おやつ		プリン <small>エネルギー：84kcal</small>	バニラアイス <small>エネルギー：88kcal</small>	抹茶クリームパンケーキ <small>エネルギー：56kcal</small>			
夕食	A	鶏肉のレモンだれ焼き なすの甘辛炒め しそ和え ごはん 味噌汁 <small>エネルギー：555kcal</small>	豚肉の塩麴焼き 茄子のかにかまあんかけ ぬた和え フルーツ ごはん すまし汁 <small>エネルギー：631kcal</small>	揚出豆腐 しろ菜ときのこの煮浸し 漬物 御飯 すまし汁 <small>エネルギー：429kcal</small>			
	B	鱈のムニエルカレー風味 なすの甘辛炒め しそ和え ごはん 味噌汁 <small>エネルギー：504kcal</small>	赤魚のみりん醤油焼 茄子のかにかまあんかけ ぬた和え フルーツ ごはん すまし汁 <small>エネルギー：524kcal</small>	牛チゲ煮込み しろ菜ときのこの煮浸し 漬物 御飯 すまし汁 <small>エネルギー：634kcal</small>			
日計	A	エネルギー：1824kcal 水分：72.1g 脂質：67.5g 食塩相：10.1g	エネルギー：1598kcal 水分：63.4g 脂質：59.6g 食塩相：9.9g	エネルギー：1410kcal 水分：52.3g 脂質：47.7g 食塩相：8.0g			
日計	B	エネルギー：1624kcal 水分：63.1g 脂質：44.0g 食塩相：9.8g	エネルギー：1336kcal 水分：48.0g 脂質：39.7g 食塩相：9.0g	エネルギー：1619kcal 水分：65.5g 脂質：57.2g 食塩相：9.0g			

都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。