

Weekly Menu



8月

7月26日(日)		7月27日(月)		7月28日(火)		7月29日(水)		7月30日(木)		7月31日(金)		8月1日(土)		
朝食	御飯	御飯	パン	麦御飯	パン	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	車麴の卵とじ	肉団子と野菜の煮物	ハムと野菜の炒め物	とろろ芋	挽肉と野菜のソテー	ジャーマンポテト	ツナと野菜の炒め物	挽肉と野菜のソテー	ジャーマンポテト	ツナと野菜の炒め物	挽肉と野菜のソテー	ジャーマンポテト	ツナと野菜の炒め物	
	青梗菜のピーナッツ和え	大根サラダ	カリフラワーのマヨネーズ和え	がんもの煮物	オニオンサラダ	盛合わせサラダ	マカロニサラダ	オニオンサラダ	盛合わせサラダ	マカロニサラダ	オニオンサラダ	盛合わせサラダ	マカロニサラダ	
	納豆	漬物	コンソメスープ	ブロッコリーのわさび和え	コンソメスープ	たいみそ	ふりかけ	コンソメスープ	たいみそ	ふりかけ	コンソメスープ	たいみそ	ふりかけ	
	味噌汁	味噌汁	牛乳	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	
エネルギー 422 kcal		エネルギー 369 kcal		エネルギー 406 kcal		エネルギー 391 kcal		エネルギー 397 kcal		エネルギー 421 kcal		エネルギー 460 kcal		
昼食	 特食	御飯	御飯	冷やしたぬきうどん	 特食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
		白身魚のポテト焼き	白身魚のポテト焼き	照焼きつくね		鶏もも肉と夏野菜の	鶏もも肉と夏野菜の	鶏もも肉と夏野菜の	ハヤシライス	鶏もも肉の治部煮	鶏もも肉と夏野菜の	ハヤシライス	鶏もも肉の治部煮	
		青菜のコーンソテー	青菜のコーンソテー	白菜のゆかり和え		オイスター炒め	オイスター炒め	オイスター炒め	ベーコンエッグ	炒り豆腐	オイスター炒め	ベーコンエッグ	炒り豆腐	
		ミックスサラダ	ミックスサラダ	フルーツゼリー		冷奴	冷奴	冷奴	コールスローサラダ	長葱とわかめのぬた和え	冷奴	コールスローサラダ	長葱とわかめのぬた和え	
		ポタージュ	ポタージュ	フルーツ		キャベツの青じそ和え	キャベツの青じそ和え	キャベツの青じそ和え	野菜スープ	味噌汁	キャベツの青じそ和え	野菜スープ	味噌汁	
エネルギー 582 kcal		エネルギー 547 kcal		エネルギー 567 kcal		エネルギー 643 kcal		エネルギー 583 kcal		エネルギー 583 kcal		エネルギー 583 kcal		
おやつ	黒糖ケーキ	水ようかん	メープルケーキ	いちごプリン	スイスロール	牛乳ケーキ	抹茶ワッフル	黒糖ケーキ	水ようかん	メープルケーキ	いちごプリン	スイスロール	牛乳ケーキ	抹茶ワッフル
	エネルギー 70 kcal	エネルギー 73 kcal	エネルギー 68 kcal	エネルギー 61 kcal	エネルギー 96 kcal	エネルギー 67 kcal	エネルギー 58 kcal	エネルギー 70 kcal	エネルギー 73 kcal	エネルギー 68 kcal	エネルギー 61 kcal	エネルギー 96 kcal	エネルギー 67 kcal	エネルギー 58 kcal
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	
	豚肉のプルコギ風炒め	鶏もも肉の野菜あんかけ	豚肉の柚子胡椒炒め	鯖の山椒焼き	真あじの塩焼き	ホキの利休焼き	鱈の粕漬け焼き	豚肉のプルコギ風炒め	鶏もも肉の野菜あんかけ	豚肉の柚子胡椒炒め	鯖の山椒焼き	真あじの塩焼き	ホキの利休焼き	鱈の粕漬け焼き
	かに玉	ひじきの煮物	焼き豆腐のそぼろあんかけ	金平ごぼう	竹輪の甘辛炒め	南瓜の含め煮	いんげんの当座煮	かに玉	ひじきの煮物	焼き豆腐のそぼろあんかけ	金平ごぼう	竹輪の甘辛炒め	南瓜の含め煮	いんげんの当座煮
	春雨サラダ	オクラのおかか和え	なます	香の物	ほうれん草の胡麻和え	茄子のポン酢和え	かぶの塩昆布和え	春雨サラダ	オクラのおかか和え	なます	香の物	ほうれん草の胡麻和え	茄子のポン酢和え	かぶの塩昆布和え
	中華スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	中華スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
エネルギー 593 kcal		エネルギー 523 kcal		エネルギー 637 kcal		エネルギー 524 kcal		エネルギー 487 kcal		エネルギー 484 kcal		エネルギー 467 kcal		
計	エネルギー 1516 kcal	エネルギー 1547 kcal	エネルギー 1658 kcal	エネルギー 1803 kcal	エネルギー 1547 kcal	エネルギー 1615 kcal	エネルギー 1568 kcal	エネルギー 1516 kcal	エネルギー 1547 kcal	エネルギー 1658 kcal	エネルギー 1803 kcal	エネルギー 1547 kcal	エネルギー 1615 kcal	エネルギー 1568 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

8月2日(日)		8月3日(月)		8月4日(火)		8月5日(水)		8月6日(木)		8月7日(金)		8月8日(土)	
朝食	御飯	御飯	御飯	パン	麦御飯	パン	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	竹輪の煮物	挽肉と野菜の炒め物	スクランブルエッグ	とろろ芋	ウインナーと野菜のソテー	肉団子の煮物	肉団子の煮物	ウインナーと野菜のソテー	肉団子の煮物	肉団子の煮物	肉団子の煮物	肉団子の煮物	肉団子の煮物
	金平ごぼう	豆腐サラダ	シーザーサラダ	がんもの煮物	コールスローサラダ	カリフラワーのドレッシング和え	キャベツのおかか和え	コールスローサラダ	カリフラワーのドレッシング和え	キャベツのおかか和え	キャベツのおかか和え	キャベツのおかか和え	キャベツのおかか和え
	納豆	漬物	コンソメスープ	いんげんのサラダ	クリームスープ	うめびしお	ふりかけ	クリームスープ	うめびしお	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ
	味噌汁	味噌汁	牛乳	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	エネルギー 443 kcal	エネルギー 381 kcal	エネルギー 410 kcal	エネルギー 432 kcal	エネルギー 449 kcal	エネルギー 372 kcal	エネルギー 350 kcal	エネルギー 449 kcal	エネルギー 372 kcal	エネルギー 350 kcal	エネルギー 350 kcal	エネルギー 350 kcal	エネルギー 350 kcal
昼食	★美味しい肉の日★	御飯	冷やし中華	ハムカツと玉子の	御飯	海老ピラフ	御飯	御飯	海老ピラフ	御飯	御飯	御飯	御飯
	はまポークのソテー	3種のチーズ	春巻き	ロールパンサンド	白身魚のかおり揚げ	ミニオムレツ	鶏もも肉のもろみ焼き	はまポークのソテー	ミニオムレツ	鶏もも肉のもろみ焼き	鶏もも肉のもろみ焼き	鶏もも肉のもろみ焼き	鶏もも肉のもろみ焼き
	夏野菜ソース	ささみフライ	三色ナムル	じゃが芋のチーズ焼き	五目金平	イタリアンサラダ	高野豆腐の煮物	夏野菜ソース	ささみフライ	イタリアンサラダ	高野豆腐の煮物	高野豆腐の煮物	高野豆腐の煮物
	コーンソテー	切干大根の煮物	フルーツ	彩りサラダ	ブロッコリーの胡麻和え	野菜スープ	小松菜のお浸し	コーンソテー	切干大根の煮物	ブロッコリーの胡麻和え	野菜スープ	小松菜のお浸し	小松菜のお浸し
	グリーンサラダ	白菜の柚子和え		コンソメスープ	味噌汁	ヨーグルト	すまし汁	グリーンサラダ	白菜の柚子和え	味噌汁	ヨーグルト	すまし汁	すまし汁
	御飯・コンソメスープ	味噌汁		フルーツゼリー	フルーツ		フルーツ	御飯・コンソメスープ	味噌汁				
	ヨーグルト	フルーツ						ヨーグルト	フルーツ				
	エネルギー 672 kcal	エネルギー 592 kcal	エネルギー 467 kcal	エネルギー 535 kcal	エネルギー 571 kcal	エネルギー 604 kcal	エネルギー 540 kcal	エネルギー 672 kcal	エネルギー 592 kcal	エネルギー 467 kcal	エネルギー 535 kcal	エネルギー 571 kcal	エネルギー 604 kcal
おやつ	チョコプリン	紅茶ケーキ	水ようかん(栗)	バナナケーキ	カステラ	レーズンクリームサンド	マンゴープリン	チョコプリン	紅茶ケーキ	水ようかん(栗)	バナナケーキ	カステラ	レーズンクリームサンド
	エネルギー 19 kcal	エネルギー 69 kcal	エネルギー 74 kcal	エネルギー 75 kcal	エネルギー 80 kcal	エネルギー 84 kcal	エネルギー 91 kcal	エネルギー 19 kcal	エネルギー 69 kcal	エネルギー 74 kcal	エネルギー 75 kcal	エネルギー 80 kcal	エネルギー 84 kcal
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	あさりと牛蒡の柳川風	真あじのさっぱり梅煮	鯖の香草パン焼き	ホキの葱味噌焼き	鶏肉のスタミナ炒め	鯖の塩焼き	鰯の酒蒸し	あさりと牛蒡の柳川風	真あじのさっぱり梅煮	鯖の香草パン焼き	ホキの葱味噌焼き	鶏肉のスタミナ炒め	鰯の酒蒸し
	揚げ茄子の煮浸し	厚揚げの肉味噌田楽	南瓜ジャーマン	さつま芋の甘煮	中華風冷奴	ひじきの煮物	おろしぼん酢	揚げ茄子の煮浸し	厚揚げの肉味噌田楽	南瓜ジャーマン	さつま芋の甘煮	中華風冷奴	ひじきの煮物
	キャベツのゆかり和え	小松菜のおかか和え	盛合せサラダ	胡瓜の茗荷和え	春雨サラダ	香の物	ビーフン炒め	キャベツのゆかり和え	小松菜のおかか和え	盛合せサラダ	胡瓜の茗荷和え	春雨サラダ	香の物
	味噌汁	すまし汁	トマトスープ	すまし汁	中華スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	トマトスープ	すまし汁	中華スープ	味噌汁
	エネルギー 485 kcal	エネルギー 509 kcal	エネルギー 547 kcal	エネルギー 449 kcal	エネルギー 514 kcal	エネルギー 502 kcal	エネルギー 421 kcal	エネルギー 485 kcal	エネルギー 509 kcal	エネルギー 547 kcal	エネルギー 449 kcal	エネルギー 514 kcal	エネルギー 502 kcal
計	エネルギー 1619 kcal	エネルギー 1551 kcal	エネルギー 1498 kcal	エネルギー 1491 kcal	エネルギー 1614 kcal	エネルギー 1562 kcal	エネルギー 1402 kcal	エネルギー 1619 kcal	エネルギー 1551 kcal	エネルギー 1498 kcal	エネルギー 1491 kcal	エネルギー 1614 kcal	エネルギー 1562 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

	8月9日(日)	8月10日(月)	8月11日(火)	8月12日(水)	8月13日(木)	8月14日(金)	8月15日(土)
朝食	御飯 さつま揚げと野菜の煮物 ポテトサラダ 納豆 味噌汁	御飯 ツナじゃが 茄子の生姜和え 漬物 味噌汁	パン ポークビーンズ オニオンサラダ コンソメスープ 牛乳	麦御飯 とろろ芋 ベーコンと野菜のソテー かぶのドレッシング和え 味噌汁	パン 南瓜のバター醤油炒め カリフラワーのツナ和え 野菜スープ ヨーグルト	御飯 厚揚げの煮物 ミックスサラダ のり佃煮 味噌汁	御飯 ソーセージと野菜の炒め物 スパゲッティサラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 426 kcal	エネルギー 421 kcal	エネルギー 377 kcal	エネルギー 406 kcal	エネルギー 421 kcal	エネルギー 375 kcal	エネルギー 462 kcal
昼食	御飯 白身魚のフリット オーロラソース 野菜のクリーム煮 ツナサラダ オニオンスープ フルーツゼリー	☆SDG s メニュー☆ 御飯 大豆ミートの麻婆茄子 焼売 大根のザーサイ和え 中華スープ ヨーグルト	ほうれん草とあさりの 和風パスタ 白身魚フライ サウザンサラダ ポタージュスープ フルーツ	御飯 鱈のカレームニエル 季節野菜のチーズ焼き 盛り合わせサラダ 枝豆の卵スープ フルーツ		ご当地メニュー【北海道】 北海道名物！豚丼 ひじきの煮物 白菜のしその実和え 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ホキのポテト焼き 野菜のトマト煮 コーンサラダ コンソメスープ フルーツ
	エネルギー 700 kcal	エネルギー 686 kcal	エネルギー 534 kcal	エネルギー 532 kcal		エネルギー 605 kcal	エネルギー 535 kcal
おやつ	ゆずまんじゅう	フルーチェ	卵ケーキ	水ようかん（抹茶）	チョコプリン	カステラドーナツ	牛乳ケーキ
	エネルギー 65 kcal	エネルギー 43 kcal	エネルギー 55 kcal	エネルギー 76 kcal	エネルギー 19 kcal	エネルギー 113 kcal	エネルギー 52 kcal
夕食	御飯 豚肉のくわ焼き 冬瓜の薄くず煮 青菜のお浸し 味噌汁	御飯 真あじの柚子胡椒焼き がんもの煮物 オクラのポン酢和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の 野菜味噌炒め 山形だし風冷奴 青梗菜の錦糸和え すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ 野菜あん 根菜金平 香の物 味噌汁	御飯 チキンソテー オニオンソース ポテトのミートソースがけ 胡麻ドレサラダ ミルクスープ	御飯 鯖の山椒焼き 大根のユズあんかけ 春菊の辛子和え 味噌汁	御飯 鶏もも肉の香味炒め 玉子豆腐 人参の真砂和え 味噌汁
	エネルギー 534 kcal	エネルギー 494 kcal	エネルギー 486 kcal	エネルギー 510 kcal	エネルギー 573 kcal	エネルギー 494 kcal	エネルギー 493 kcal
計	エネルギー 1725 kcal	エネルギー 1644 kcal	エネルギー 1452 kcal	エネルギー 1524 kcal	エネルギー 1660 kcal	エネルギー 1587 kcal	エネルギー 1542 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

8月16日(日)		8月17日(月)		8月18日(火)		8月19日(水)		8月20日(木)		8月21日(金)		8月22日(土)	
朝食	御飯	御飯	パン	麦御飯	パン	御飯	御飯	パン	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	肉団子の煮物	オムレツ	ハムと野菜のソテー	とろろ芋	スクランブルエッグ	厚揚げと野菜の炒め物	お麩の卵とじ	スクランブルエッグ	厚揚げと野菜の炒め物	お麩の卵とじ	お麩の卵とじ	お麩の卵とじ	お麩の卵とじ
	おろし和え	大根サラダ	シーザーサラダ	車麩の煮物	サウザンサラダ	マカロニサラダ	キャベツのチーズ和え	サウザンサラダ	マカロニサラダ	キャベツのチーズ和え	キャベツのチーズ和え	キャベツのチーズ和え	キャベツのチーズ和え
	納豆	漬物	コンソメスープ	いんげんの和風マヨ和え	クリームスープ	たいみそ	ふりかけ	クリームスープ	たいみそ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ
	味噌汁	味噌汁	牛乳	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
エネルギー 414 kcal		エネルギー 381 kcal		エネルギー 391 kcal		エネルギー 417 kcal		エネルギー 447 kcal		エネルギー 480 kcal		エネルギー 415 kcal	
昼食	御飯	御飯	梅おろしそば	《夏乗りきろうメニュー》	御飯	夏野菜のチキンカレー	御飯	御飯	夏野菜のチキンカレー	御飯	御飯	御飯	御飯
	豚肉の	白身魚のムニエル	野菜のかき揚げ	豚肉のパン粉焼き	鶏もも肉の唐揚げ	ベーコンエッグ	鯖の味噌焼き	鶏もも肉の唐揚げ	ベーコンエッグ	鮭の味噌焼き	鶏もも肉の唐揚げ	鯖の味噌焼き	鯖の味噌焼き
	オイスター照焼き	デミグラスソース	千草和え	トマトソース	切干大根の煮物	彩りサラダ	蓮根のずんだかけ	切干大根の煮物	彩りサラダ	白菜のしその実和え	切干大根の煮物	彩りサラダ	彩りサラダ
	かに玉	マカロニソテー バジル風味	フルーツゼリー	冬瓜の冷菜	白菜のなめ茸和え	野菜コンソメスープ	すまし汁	白菜のなめ茸和え	野菜コンソメスープ	すまし汁	白菜のなめ茸和え	野菜コンソメスープ	野菜コンソメスープ
	ナムル	花野菜サラダ		南瓜のハニーマヨサラダ	味噌汁	フルーツゼリー	ヨーグルト	味噌汁	フルーツ		ヨーグルト		ヨーグルト
エネルギー 624 kcal		エネルギー 579 kcal		エネルギー 531 kcal		エネルギー 613 kcal		エネルギー 635 kcal		エネルギー 666 kcal		エネルギー 537 kcal	
おやつ	水ようかん(芋)	黒糖ケーキ	ブッセサンド	バナナケーキ	メープルケーキ	どらやき	オレンジケーキ	メープルケーキ	どらやき	どらやき	どらやき	オレンジケーキ	オレンジケーキ
	エネルギー 78 kcal	エネルギー 70 kcal	エネルギー 51 kcal	エネルギー 61 kcal	エネルギー 68 kcal	エネルギー 64 kcal	エネルギー 57 kcal	エネルギー 68 kcal	エネルギー 64 kcal	エネルギー 64 kcal	エネルギー 64 kcal	エネルギー 57 kcal	エネルギー 57 kcal
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	真あじの塩焼き	鶏もも肉の葱蒸し	肉豆腐	ホキの柚庵焼き	生姜香る 鱈の煮付け	豚肉の葱塩炒め	肉じゃが	生姜香る 鱈の煮付け	豚肉の葱塩炒め	さつま芋の甘煮	大豆の煮物	香の物	香の物
	筑前煮	茄子の田楽	金平ごぼう	さつま揚げの煮物	冷奴	さつま芋の甘煮	大豆の煮物	冷奴	さつま芋の甘煮	小松菜の海苔和え	香の物	すまし汁	すまし汁
	ほうれん草のお浸し	夏野菜の甘酢漬け	キャベツのポン酢和え	胡瓜の香味和え	ブロッコリーのおかか和え	味噌汁	すまし汁	ブロッコリーのおかか和え	味噌汁				
	味噌汁	すまし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
エネルギー 503 kcal		エネルギー 531 kcal		エネルギー 575 kcal		エネルギー 430 kcal		エネルギー 403 kcal		エネルギー 553 kcal		エネルギー 514 kcal	
計	エネルギー 1619 kcal	エネルギー 1561 kcal	エネルギー 1548 kcal	エネルギー 1521 kcal	エネルギー 1553 kcal	エネルギー 1763 kcal	エネルギー 1523 kcal	エネルギー 1553 kcal	エネルギー 1763 kcal	エネルギー 1763 kcal	エネルギー 1763 kcal	エネルギー 1523 kcal	エネルギー 1523 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)
朝食	御飯 豆腐の煮物 小松菜のピーナッツ和え 納豆 味噌汁	御飯 炒り卵 青梗菜のお浸し 漬物 味噌汁	パン 野菜のチーズ焼き マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳	麦御飯 とろろ芋 厚焼きたまご オニオンサラダ 味噌汁	パン ツナと野菜の炒め物 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 炒り豆腐 キャベツの梅和え のり佃煮 味噌汁	御飯 ウインナーと野菜のソテー いんげんのサラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 433 kcal	エネルギー 392 kcal	エネルギー 478 kcal	エネルギー 418 kcal	エネルギー 402 kcal	エネルギー 438 kcal	エネルギー 405 kcal
昼食	☆おすすめメニュー☆ 真あじと夏野菜の 甘酢あんかけ 冬瓜のそぼろ煮 オクラの茗荷和え 御飯・味噌汁 フルーツ	御飯 和風ハンバーグ 玉葱ソース ひじきの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 フルーツ	焼きそば 焼売 ザーサイ和え 中華スープ フルーツゼリー	御飯 鯖の味噌煮 竹輪の甘辛炒め 大根のゆかり和え すまし汁 ヨーグルト		オムライス 茄子とピーマンのソテー ハムサラダ 野菜スープ フルーツ	御飯 白身魚の 揚げおろし煮 青梗菜の煮浸し 白菜のおかか和え 味噌汁
	エネルギー 560 kcal	エネルギー 580 kcal	エネルギー 606 kcal	エネルギー 578 kcal		エネルギー 562 kcal	エネルギー 507 kcal
おやつ	人形焼き	紅茶ケーキ	ミルクプリン	水ようかん (抹茶)	フルーチェ	レーズンクリームサンド	カステラ
	エネルギー 83 kcal	エネルギー 69 kcal	エネルギー 72 kcal	エネルギー 76 kcal	エネルギー 43 kcal	エネルギー 84 kcal	エネルギー 51 kcal
夕食	御飯 豚しゃぶ 焙煎胡麻だれ 金平ごぼう 煮豆 味噌汁	御飯 鯖のみりん焼き 南瓜の含め煮 白菜の柚子和え 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 玉子豆腐 ポテトサラダ 味噌汁	御飯 チキンの香草焼き 野菜のトマト煮 コールスローサラダ ベジタブルスープ	御飯 鰯の粕漬け焼き 野菜の焼き浸し 香の物 味噌汁	御飯 ホキの磯辺焼き さつま芋の甘煮 なます 味噌汁	御飯 豚肉の ハニーマスタード焼き グリル野菜 マリネサラダ コンソメスープ
	エネルギー 530 kcal	エネルギー 487 kcal	エネルギー 567 kcal	エネルギー 586 kcal	エネルギー 564 kcal	エネルギー 453 kcal	エネルギー 640 kcal
計	エネルギー 1606 kcal	エネルギー 1528 kcal	エネルギー 1723 kcal	エネルギー 1658 kcal	エネルギー 1475 kcal	エネルギー 1537 kcal	エネルギー 1603 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



8月

8月30日(日)		8月31日(月)	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)
朝食	御飯	御飯					
	小町麩の卵とじ	ソーセージと野菜の炒め物					
	蓮根金平	マカロニサラダ					
	納豆	漬物					
	味噌汁	味噌汁					
エネルギー 468 kcal		エネルギー 455 kcal					
昼食	御飯	御飯					
	鯖の塩焼き	鶏もも肉のチリソース					
	がんもの煮物	焼売					
	ブロッコリーの胡麻和え	コーン春雨サラダ					
	味噌汁	わかめスープ					
エネルギー 622 kcal		エネルギー 647 kcal					
おやつ	牛乳ケーキ	水ようかん (芋)					
	エネルギー 52 kcal	エネルギー 78 kcal					
夕食	御飯	御飯					
	豚肉の葱味噌炒め	真あじの香味焼き					
	切干大根の煮物	冬瓜のくずあん					
	小松菜のお浸し	煮豆					
	すまし汁	味噌汁					
エネルギー 547 kcal		エネルギー 442 kcal					
計	エネルギー 1689 kcal	エネルギー 1622 kcal					

* 都合により献立を変更することがあります。