8月週間献立表

	8月10日(日)	8月11日(月)	8月12日 (火)	8月13日 (水)	8月14日 (木)	8月15日 (金)	8月16日 (土)
朝	御飯•味噌汁		御飯・味噌汁	御飯・味噌汁	御飯•味噌汁		御飯•味噌汁
	納豆		ホッケの塩焼き		サバの塩焼き	1	鮭の塩焼き
食	鶏じゃが		焼きさつま揚げ		野菜つみれ煮	卵豆腐	小松菜ツナ炒め
	マカロニサラダ	カリフラワーのゆかり和え		白菜しそ風味和え	アスパラゴマダレ	菜の花海苔和え	昆布佃煮
	漬物 牛乳	1	ふりかけ・牛乳	梅干•牛乳	練り物・牛乳	漬物・牛乳	金時煮豆•牛乳
	エネルキー: 447kcal	エネルキー: 520kcal	エネルキー: 549kcal	エネルキ'ー: 507kcal	エネルキー: 527kcal	エネルキー: 452kcal	エネルキー: 432kcal
	食パン	バターロール	1	クロワッサン	クルミパン	食パン	バターロール
	リンゴジャム		ホッケの塩焼きのバター焼き 焼きさつま揚げ	スクランブルエッグ	リンゴジャム サバのバター焼き	イチゴジャム 里芋と鶏肉の煮物	ブルーベリージャム 鮭のバター焼き
	プレーンオムレツ 鶏じゃが、マカロニサラダ	青菜炒め・カリーフラワーゆかりマヨ和え	100	ヘン ノン ノ ルー ツン チンゲン菜華風炒め・白菜しそ風味炒め	リノハリハン ルガロ 野菜のつみれ煮・アスパラゴマダレ		
	ココア・牛乳	南瓜ス一プ・牛乳	コーンスープ・牛乳	ココア・牛乳	南瓜スープ・牛乳	コーンスープ・牛乳	ココア・牛乳
昼			焼き豚チャーハン	冷やしラーメン	御飯	御飯	御飯
		PP WA	NCC IDS 7 (7.5		IPT WA		
	ホッケのさらし蒸し	ハンバーグ	中華ス一プ	焼き餃子	豚野菜炒め	鶏の照り焼き	豚の山椒焼き
食	カニクリームコロッケ	ガーリック炒め	エビフライ	胡瓜のさっぱり和え	ひじき炒り煮	チンゲン菜の卵とじ	大根金平
	春菊としめじの和え物	サラダ	中華サラダ	果物	チンゲン菜しらす和え	もやしの塩昆布和え	ネバネバ和え
				1			
	果物	果物	杏仁豆腐		果物	果物	果物
		_	杏仁豆腐				
	味噌汁	コンソメス一プ		エネルキ'ー・ 539kcal	味噌汁	味噌汁	
A	味噌汁 エネルキ [*] ー: 526kcal	コンソメスープ エネルキー: 535kcal	エネルキ'ー: 544kcal	エネルキ'ー: 539kcal 御飯	味噌汁 エネルキー: 499kcal	味噌汁 エネルキー: 514kcal	すまし汁 エネルキ'ー: 514kcal
夕	味噌汁	コンソメス一プ		エネルキ'ー: 539kcal 御飯	味噌汁	味噌汁	すまし汁
B	味噌汁 エネルキー: 526kcal 御飯	コンソメス―プ エネルキー: 535kcal 御飯	エネルキ'ー: 544kcal 御飯	御飯	味噌汁 エネルキー: 499kcal 御飯	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯
Þ	味噌汁 エネルキ [*] ー: 526kcal	コンソメス―プ エネルキー: 535kcal 御飯	エネルキ'ー: 544kcal	御飯	味噌汁 エネルキー: 499kcal	味噌汁 エネルキー: 514kcal	すまし汁 エネルキ'ー: 514kcal
	味噌汁 エネルキー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き	エネルキー: 544kcal 御飯 タラの味噌バターソース	御飯	味噌汁 エネルキー: 499kcal 御飯 肉豆腐	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯
	味噌汁 エネルキー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き	エネルキー: 544kcal 御飯 タラの味噌バターソース 長芋炒め物	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め	味噌汁 エネルギー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ
	味噌汁 エネルキー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ	エネルキー: 544kcal 御飯 タラの味噌バターソース	御飯 クリームシュー	味噌汁 エネルキー: 499kcal 御飯 肉豆腐	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯 アジフライ
	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え	エネルキー:544kcal御飯タラの味噌バターソース長芋炒め物白菜ポン酢和え	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め サラダ	味噌汁 エネルギー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル 大根なます	味噌汁 エネルギー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え	すまし汁 エネルギー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ
	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え	エネルキー:544kcal御飯タラの味噌バターソース長芋炒め物白菜ポン酢和え	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め	味噌汁 エネルギー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル	味噌汁 エネルギー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ
	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え 漬物・味噌汁	エネルキー:544kcal御飯タラの味噌バターソース長芋炒め物白菜ポン酢和え漬物・味噌汁	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め サラダ コンソメスープ	味噌汁 エネルギー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル 大根なます 漬物・味噌汁	味噌汁 エネルギー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え 漬物・味噌汁	すまし汁 エネルギー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ
食	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油 漬物・味噌汁 エネルギー: 523kcal	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え 漬物・味噌汁 エネルギー: 518kcal	エネルキー:544kcal御飯タラの味噌バターソース長芋炒め物白菜ポン酢和え漬物・味噌汁エネルキー:412kcal	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め サラダ コンソメスープ エネルギー: 539kcal	味噌汁 エネルキー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル 大根なます 漬物・味噌汁 エネルキー: 548kcal	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え 漬物・味噌汁 エネルキー: 516kcal	すまし汁 エネルギー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ 漬物・コンソメスープ エネルギー: 574kcal
食 日	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油 漬物・味噌汁 エネルギー: 523kcal	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え 漬物・味噌汁	エネルキー:544kcal御飯タラの味噌バターソース長芋炒め物白菜ポン酢和え漬物・味噌汁エネルキー:412kcal	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め サラダ コンソメスープ	味噌汁 エネルキー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル 大根なます 漬物・味噌汁 エネルキー: 548kcal	味噌汁 エネルキー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え 漬物・味噌汁 エネルキー: 516kcal	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ 漬物・コンソメスープ エネルキー: 574kcal
食	味噌汁 エネルギー: 526kcal 御飯 豚肉のガーリック焼き 蓮根のハサミ揚げ 白菜と大根の胡麻醤油 漬物・味噌汁 エネルギー: 523kcal エネルギー: 1496kcal	コンソメスープ エネルギー: 535kcal 御飯 赤魚の粕漬焼き エビシューマイ もやしのうま塩和え 漬物・味噌汁 エネルギー: 518kcal エネルギー: 1573kcal	エネルキー: 544kcal 御飯 タラの味噌バターソース 長芋炒め物 白菜ポン酢和え 漬物・味噌汁 エネルキー: 412kcal エネルキー 1505kcal	御飯 クリームシュー ブロッコリーの洋風炒め サラダ コンソメスープ エネルギー: 539kcal エネルギー: 1585kcal	味噌汁 エネルギー: 499kcal 御飯 肉豆腐 野菜チャンプル 大根なます 漬物・味噌汁 エネルギー: 548kcal エネルギー: 1574kcal	味噌汁 エネルギー: 514kcal 御飯 さわらの黄身焼き かぶのカニあんかけ ほうれん草の白和え 漬物・味噌汁 エネルギー: 516kcal エネルギー: 1482kcal	すまし汁 エネルキー: 514kcal 御飯 アジフライ 里芋のあんかけ ブロッコリーと卵のサラダ 漬物・コンソメスープ エネルキー: 574kcal

8.7 ※パン食のカロリーは、御飯食と同様の値になるよう設定しています。掲載しませんのでご了承ください。