

週間献立表

	8月4日(月)	8月5日(火)	8月6日(水)	8月7日(木)	8月8日(金)	8月9日(土)	8月10日(日)
朝	ごはん サバの味噌煮 人参しりしりー 納豆 みそ汁(高野豆腐/わかめ) キウイ ヨーグルト	ごはん ししゃも塩焼き からし菜炒め 納豆 かぼちゃの味噌汁 バナナ 牛乳	ごはん ポークたまご 魚の紙つつみ焼き 納豆 ほうれん草のしらす和え オクラの味噌汁 オレンジ 牛乳	クロワッサン 巣ごもり卵 スパゲティサラダ コーンスープ バナナ 牛乳	ごはん ぶりの照り焼き 豆腐サラダ 納豆 きのこのみそ汁 オレンジ 牛乳	ごはん グルクンのネギソースかけ 冬瓜のそぼろ煮 ゆで卵 納豆 みそ汁(へちま/ねぎ) バナナ 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き キムチ納豆 きのこのソテー 味噌汁(卵/ねぎ) りんご 牛乳
昼	三枚肉そば フーチャンプルー 三色なます ぜんざい	親子丼 もずくのかき揚げ 中華いか和え なめこ汁 シークワサーゼリー	オムライス 蒸し鶏とブロッコリーのサラダ ハッシュポテト オニオンスープ アイスクリーム	三色丼 きびなごの南蛮漬け アスパラの豚肉巻 へちまの味噌汁 スイカ	ごはん 鶏肉となすの味噌炒め パパイヤいりちー カプレーゼサラダ アーサ汁 りんご 	ごはん 鶏の唐揚げ キャベツ ひじき卵焼き ジャーマンポテト 蒸しとうもろこし	ごはん 麻婆豆腐 焼き餃子 中華スープ ピーマンソテー アセロラゼリー
タ	ごはん 牛肉ピーマン 春巻き 明太ゴボウサラダ みそ汁(じゃが芋/ねぎ) りんご	ごはん すき焼き スコップコロッケ くずもち	ごはん なんちゃって青椒肉絲 小籠包 鯖のあら汁 カプレーゼサラダ りんご	ごはん ゆで豚の薬味ソースかけ ポテトサラダ ゴーヤーチャンプルー へちまの味噌汁 プリン	ごはん カツカレー 大根サラダ たまごスープ キウイ	ごはん 揚げない油淋鶏 ゆで卵 やみつき豆苗サラダ みそ汁(じゃが芋/ねぎ) パインジュース 	ごはん ぶりの塩焼き 千切イリチー 胡瓜の梅和え あさりのおつゆ キウイ
栄養成分	エネルギー 4314 kcal たんぱく質 205.6 g 脂質 120.1 g 食塩相当量 13.9 g	エネルギー 4592 kcal たんぱく質 227.7 g 脂質 111.6 g 食塩相当量 10.9 g	エネルギー 4329 kcal たんぱく質 222.2 g 脂質 123.5 g 食塩相当量 13.7 g	エネルギー 4464 kcal たんぱく質 232.2 g 脂質 148.4 g 食塩相当量 16.1 g	エネルギー 4522 kcal たんぱく質 187.8 g 脂質 140.8 g 食塩相当量 12.1 g	エネルギー 4245 kcal たんぱく質 209.3 g 脂質 121.2 g 食塩相当量 9.7 g	エネルギー 4149 kcal たんぱく質 212.2 g 脂質 108.9 g 食塩相当量 13.1 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。