

## 週間献立表

	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	8月29日(金)	8月30日(土)	8月31日(日)
朝	ごはん 魚の紙つつみ焼き もやしニラ炒め キムチ納豆 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) オレンジ 牛乳	ごはん ししゃもフライ からし菜炒め 山芋とシラスの梅肉和え ゆし豆腐 バナナ ヤクルト	ごはん ポークたまご ほうれん草のしらす和え 納豆 みそ汁(じゃが芋/ねぎ) ヨーグルト	ホットドッグ スパニッシュオムレツ ベビーリーフサラダ 白菜の野菜スープ オレンジ 牛乳	ごはん 赤魚の煮付け 冬瓜ンブシー 納豆 かきたまうどん汁 バナナ 牛乳	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き風 フーチャンブルー 無限ナス あさりのすまし汁 オレンジ 牛乳	ごはん サバの塩焼き ささみと胡瓜の梅和え ゆで卵 そうめん汁 バナナ 牛乳
昼	ちゃんぼん麺 アジフライ やみつき豆苗サラダ ぶどう	あじのかば焼き丼 鶏の唐揚げ サラダ(キャベツ・コーン) なめこ汁 スイカ	とろろごはん 鮭のポテト焼き オクラの卵とし 豆腐サラダ 鯖のあら汁 りんごジュース	ごはん チキン南蛮(タルタル) キャベツと厚揚げの炒め物 胡瓜とタコの酢の物 アーサ汁 クーリッシュ(バニラ)	三色丼 クリームコロッケ みょうがと鶏肉の和え物 魚汁 シークワサーシャーベット	スパゲティミートソース 焼きウィンナー ブロッコリーとじゃがいものバター炒め かに玉風スープ チーズ オレンジジュース	ごはん 牛丼 ピーマンの塩昆布和え 竹輪のチーズ磯辺揚げ 春雨と白菜のスープ アイスクリーム
夕	ごはん 肉じゃが アジフライ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) ブロッコリーのサラダ キウイ	おろしボン酢牛丼 蒸ししゅうまい 春雨サラダ もずく入りキムチスープ パイン	コーンご飯 ハヤシライス ハッシュポテト バンバンジーサラダ キウイ	ごはん ゆで豚の薬味ソースかけ チャプチェ きゅうりとわかめの酢の物 沖縄そば汁(小) マスカット	ごはん 鶏肉の南蛮漬け 豆腐ステーキの海鮮旨煮あんかけ 三色なます オクラの味噌汁 りんご	ごはん 麻婆豆腐 きびなごのカレー揚げ 胡瓜の酢の物 鶏団子とチンゲン菜のとろみスープ フルーツポンチ	カレーライス サラダ シークワサーゼリー
栄養成分	エネルギー 4111 kcal たんぱく質 198.3 g 脂質 117.3 g 食塩相当量 11.4 g	エネルギー 4325 kcal たんぱく質 208.7 g 脂質 110.2 g 食塩相当量 12.7 g	エネルギー 4154 kcal たんぱく質 205.6 g 脂質 120.1 g 食塩相当量 10.9 g	エネルギー 4624 kcal たんぱく質 199.5 g 脂質 165.3 g 食塩相当量 19.6 g	エネルギー 4452 kcal たんぱく質 226.7 g 脂質 114.9 g 食塩相当量 15.5 g	エネルギー 4228 kcal たんぱく質 216.4 g 脂質 115.8 g 食塩相当量 12.6 g	エネルギー 3816 kcal たんぱく質 168.1 g 脂質 80.7 g 食塩相当量 13.2 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。