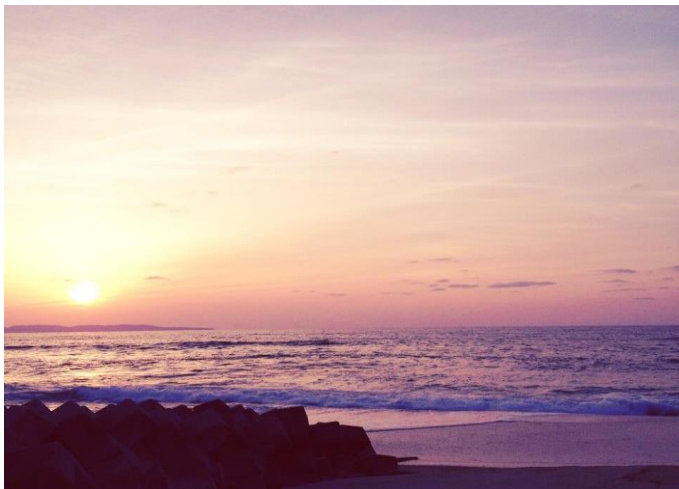




予定献立表



			8月1日(金)	8月2日(土)	
朝食			御飯 かにかま入りふんわり卵 小松菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 ちくわの炒り煮 青梗菜の錦糸和え 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・大根葉) カルシウム牛乳	
昼食			御飯 銀だらの梅肉焼き 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(キウイ) みそ汁(かぶ葉・おつゆ麴)	御飯 鶏肉のさっぱり煮 なすの炒め物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(ほうれん草・えのき)	
おやつ			ババロア	おまんじゅう	
夕食				御飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め プロコピッチの和風サラダ フルーツ缶(みかん)	御飯 ますの西京焼き きんぴらごぼう きゅうりの和え物 フルーツ(パイン)
栄養価				エネルギー 1596kcal タンパク質 64 g 食塩相当量 7.1 g	エネルギー 1476kcal タンパク質 58.9 g 食塩相当量 7.1 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	8月3日 (日)	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)
朝食	御飯 野菜炒め ブロッコリーとカニカマのサラダ ふりかけ(たらこ) みそ汁(冬瓜・しろな) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 ほうれん草のごま醤油和え のり佃煮 みそ汁(えのき・うずまき麩) カルシウム牛乳	クリームパン がんもと冬瓜の煮物 いんげんのピーナッツ和え みそ汁(玉葱・青梗菜) カルシウム牛乳 (パン禁：ふりかけ)	御飯 炒り豆腐 畑菜のおかか和え うめびしお みそ汁(もやし・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ カリフラワーの和風サラダ ふりかけ(しそ) みそ汁(しろな・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 つみれと里芋の煮物 ほうれん草のなめたけ和え 金山寺みそ みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 長芋とろろ ふりかけ(かつお) みそ汁(キャベツ・しめじ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 さわらの漬け焼き かぶと絹あげの含め煮 香の物(赤しその実漬け) みそ汁(玉葱・ワカメ)	ガパオライス カリフラワーサラダ フルーツ缶(キウイ) コンソメスープ(畑菜・長葱)	野菜カレー 小松菜と人参のお浸し 福神漬け フルーツカクテル缶	御飯 豚肉の生姜焼き オクラとみょうがのしそ風味和え フルーツ(メロン) みそ汁(かぶ・しめじ)	御飯 赤魚のバター醤油焼き 青梗菜のわさび和え 冷奴 みそ汁(さつま芋・ワカメ)	冷やしそば 天ぷら二種盛り 鶏肉と大根の炒め煮 ゼリー	御飯 中華卵焼き ビーフン炒め フルーツ(メロン) 中華スープ(青梗菜・長葱)
おやつ	淡雪ゼリー	きなこパンケーキ	★すまいるデザート★	蒸しパンケーキ	ココアムース	プリン	どらやき
夕食	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め 五目玉子 大根の中華和え フルーツ(バナナ)	御飯 あじの七味焼き ひじきの煮物 白菜のゆかり和え フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鶏肉のバジル焼き 小松菜とベーコンの炒め物 マカロニサラダ フルーツ缶(黄桃)	御飯 さばのねぎ塩麹焼き 鶏肉と里芋の煮物 二色和え フルーツ缶(ミックス)	御飯 チキンカツ 冬瓜の信田煮 茶福豆 フルーツ(オレンジ)	御飯 白身魚の辛子マヨ焼き かぼちゃの煮物 ブロッコリーのごま和え フルーツ(パイナップル)	御飯 豚肉と茄子の味噌炒め 白菜の煮浸し 香の物(桜だいこん) フルーツ缶(マンゴー)
栄養価	エネルギー 1461kcal	エネルギー 1539kcal	エネルギー 1630kcal	エネルギー 1596kcal	エネルギー 1516kcal	エネルギー 1461kcal	エネルギー 1636kcal
	タンパク質 62.1 g	タンパク質 69.6 g	タンパク質 48.6 g	タンパク質 69.2 g	タンパク質 56.8 g	タンパク質 55.4 g	タンパク質 59.6 g
	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 7.3 g	食塩相当量 8.7 g	食塩相当量 7.2 g	食塩相当量 6.2 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 7.1 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	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)
朝食	御飯 ふんわり寄せの煮物 小松菜の錦糸和え たいみそ みそ汁(もやし・ワカメ) カルシウム牛乳	御飯 納豆 大根と豚肉の炒り煮 しそ昆布 みそ汁(長葱・うずまき麩) カルシウム牛乳	黒糖ロール(マーガリン) 野菜炒め 二色和え みそ汁(かぶ・ねぎ) カルシウム牛乳 (パン禁: ふりかけ)	御飯 ちくわの甘辛煮 ほうれん草の磯和え 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 肉豆腐 オクラのおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(白菜・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ チンゲン菜のお浸し うめびしお みそ汁(もやし・かぶ葉) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・しめじ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 牛肉のしぐれ煮 卵の花 きゅうりの塩昆布和え みそ汁(畑菜・えのき)	御飯 揚げ鶏のレモンソースかけ ほうれん草とカニカマの和え物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぶ葉・油揚げ)	オムライス 海老とキャベツのサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ(玉葱・人参)	御飯 豚肉と夏野菜の中華炒め 大根サラダ フルーツ缶(みかん) 中華スープ(もやし・しろな)	枝豆ごはん ほっけの塩焼き ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁(畑菜・長葱)	御飯 あじのさっぱり煮 南瓜のごま和え フルーツ(パイナップル) みそ汁(豆腐・ワカメ)	御飯 鶏肉のタルタルソース焼き コールスローサラダ フルーツ缶(黄桃) コンソメスープ(畑菜・人参)
おやつ	スイスロール	ゼリー	チョコ菓子	梨ゼリー	おまんじゅう	野菜ゼリー	白い風船
夕食	御飯 しいらのトマトソース じゃが芋のカレー炒め 人参サラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 さわらの香味焼き れんこんきんぴら 香の物(しば漬け) フルーツ(オレンジ)	御飯 豚肉ときのこの炒め物 青梗菜の煮浸し 豆腐サラダ フルーツ(パイナップル)	御飯 さばの漬け焼き じゃが芋の炒め煮 香の物(つぼ漬け) フルーツ缶(キウイ)	御飯 鶏肉のみそ焼き なすの揚げ浸し きゅうりの酢の物 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 プルコギ 焼き餃子 大根のおろし醤油和え フルーツ缶(ミックス)	御飯 太刀魚の山椒焼き 肉じゃが オクラのポン酢和え フルーツ(オレンジ)
栄養価	エネルギー 1573kcal	エネルギー 1535kcal	エネルギー 1638kcal	エネルギー 1518kcal	エネルギー 1499kcal	エネルギー 1477kcal	エネルギー 1525kcal
	タンパク質 66.9 g	タンパク質 64.6 g	タンパク質 63.9 g	タンパク質 61.7 g	タンパク質 64.2 g	タンパク質 62.2 g	タンパク質 59.3 g
	食塩相当量 7.7 g	食塩相当量 7.0 g	食塩相当量 7.6 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 7.7 g	食塩相当量 7.5 g	食塩相当量 6.7 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	8月17日 (日)	8月18日 (月)	8月19日 (火)	8月20日 (水)	8月21日 (木)	8月22日 (金)	8月23日 (土)
朝食	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜の和え物 のり佃煮 みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの煮物 ほうれん草とツナの和え物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(キャベツ・ワカメ) カルシウム牛乳	チョコパン チキンオムレツ オクラのなめたけ和え みそ汁(玉葱・ねぎ) カルシウム牛乳 (パン禁: しそ昆布)	御飯 にしんの梅煮 小松菜の辛子和え ふりかけ(たまご) みそ汁(かぶ・かぶ葉) カルシウム牛乳	御飯 ちくわの炒り煮 温泉卵 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 ウインナーソテー ほうれん草のごま和え ふりかけ(かつお) みそ汁(キャベツ・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 いんげんのピーナッツ和え たいみそ みそ汁(白菜・ワカメ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 赤魚のごま醤油焼き 冬瓜の冷やし鉢 フルーツ缶(キウイ) みそ汁(さつま芋・貝割)	御飯 鶏肉のオニオンソース ポテトサラダ フルーツ(パイナップル) みそ汁(チンゲン菜・うずまき麴)	御飯 白身魚の野菜あんかけ 畑菜の和え物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(豆腐・大根葉)	トマトカレー カリフラワーサラダ フルーツ缶(キウイ) 香の物(福神漬)	御飯 白身魚の香草焼き 二色浸し フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・貝割)	御飯 鶏肉の梅みそ焼き つみれと大根の煮物 フルーツ(メロン) お吸物(花麴・みつば)	御飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒め パンプキンサラダ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(畑菜・長葱)
おやつ	ココアムース	クレープ	おまんじゅう	やわらかおかき	梨ゼリー	シュークリーム	野菜ゼリー
夕食	御飯 豚肉の葱塩炒め かぼちゃの煮物 香の物(赤しその実漬) フルーツ缶(りんご)	御飯 フライ二種盛り 白菜の煮浸し 昆布豆 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 松風焼き 大根とちくわの煮物 なすの香味和え あみえび佃煮	御飯 えびと卵の炒め物 焼売 ほうれん草の中華和え フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜の信田煮 きゅうりの塩昆布和え フルーツ缶(みかん)	御飯 太刀魚の七味焼き 里芋の煮っころがし ブロッコリーの和風サラダ フルーツ缶(りんご)	御飯 千草焼き かぶの煮物 青梗菜のわさび和え 香の物(しば漬)
栄養価	エネルギー 1530kcal	エネルギー 1578kcal	エネルギー 1478kcal	エネルギー 1569kcal	エネルギー 1519kcal	エネルギー 1538kcal	エネルギー 1566kcal
	タンパク質 60.3 g	タンパク質 56.4 g	タンパク質 67.9 g	タンパク質 61.3 g	タンパク質 62.3 g	タンパク質 62.3 g	タンパク質 63.9 g
	食塩相当量 6.7 g	食塩相当量 7.1 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 5.9 g	食塩相当量 6.7 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 7.7 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	8月24日(日)	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)
朝食	御飯 納豆 切干大根の煮物 しそ昆布 みそ汁(もやし・油揚げ) カルシウム牛乳	御飯 和風スクランブルエッグ 白菜のお浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・ねぎ) カルシウム牛乳	バターロール(マーガリン) なすのそぼろ煮 冷奴 みそ汁(玉葱・大根葉) カルシウム牛乳 (パン禁: 金山寺みそ)	御飯 がんもの煮物 ブロッコリーのおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(ほうれん草・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げの炒め煮 長芋とろろ たいみそ みそ汁(小松菜・えのき) カルシウム牛乳	御飯 大根とちくわの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・おつゆ麩) カルシウム牛乳	御飯 だし巻き卵 青菜のお浸し のり佃煮 みそ汁(長葱・油揚げ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 鶏肉のマスタード焼き なすの煮浸し フルーツ缶(みかん) みそ汁(しろな・うずまき麩)	御飯 まぐろハンバーグ れんこんの炒り煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・わかめ)	ごまだれ冷やし中華 春巻き 青梗菜と魚肉ソーセージの炒め物 杏仁フルーツ	御飯 ますのチーズソース キャベツのサラダ フルーツ(メロン) トマトコンソメスープ	御飯 八宝菜 甘酢のミートボール フルーツ(オレンジ) 中華スープ(冬瓜・ねぎ)	御飯 あじの漬け焼き ゴーヤチャンプル ゼリー みそ汁(さつま芋・わかめ)	御飯 ミートローフ ブロッコリーのサラダ フルーツ(パイナップル) コンソメスープ(マカロニ・人参)
おやつ	おせんべい	クレープ	バームクーヘン	抹茶プリン	ロールケーキ	ココアムース	やわらかおかき
夕食	御飯 メバルの生姜煮 じゃが芋の甘辛炒め 青菜の酢みそがけ フルーツ(パイナップル)	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 小松菜とかまぼこの和え物 フルーツ缶(キウイ)	御飯 ほっけの塩麹焼き きんぴらごぼう もずく酢 フルーツ(オレンジ)	御飯 牛肉ときのこの炒め物 里芋とちくわの含め煮 香の物(桜だいこん) フルーツ缶(黄桃)	御飯 マトウダイのみそバター焼き ひじきの煮物 浅漬(きゅうり) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 チキンのカレーグリル ジャーマンポテト ピクルス フルーツ缶(ミックス)	御飯 赤魚の香味焼き 冬瓜のカニカマあんかけ キャベツの和え物 フルーツ缶(黄桃)
栄養価	エネルギー 1540kcal	エネルギー 1595kcal	エネルギー 1557kcal	エネルギー 1538kcal	エネルギー 1599kcal	エネルギー 1491kcal	エネルギー 1496kcal
	タンパク質 63.5 g	タンパク質 55.9 g	タンパク質 58.4 g	タンパク質 66.2 g	タンパク質 66.5 g	タンパク質 60.6 g	タンパク質 58.6 g
	食塩相当量 6.8 g	食塩相当量 7.4 g	食塩相当量 9.5 g	食塩相当量 6.9 g	食塩相当量 6.7 g	食塩相当量 7.0 g	食塩相当量 6.5 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。



予定献立表



	8月31日 (日)	
朝食	御飯 炒り豆腐 白菜とかまぼこの和え物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(かぶ・わか) カルシウム牛乳	
昼食	御飯 かれいの揚げ浸し 小松菜の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(もやし・ねぎ)	
おやつ	淡雪ゼリー	
夕食	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め つみれと里芋の煮物 ごぼうサラダ フルーツ(オレンジ)	
栄養価	エネルギー	1575kcal
	タンパク質	63.2 g
	食塩相当量	7.0 g

※やむを得ず献立が変更になる事もあります。ご了承下さい。