

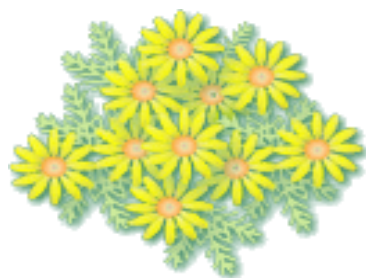


予定献立表



基本食1400

	7月28日 (月)	7月29日 (火)	7月30日 (水)	7月31日 (木)	8月1日 (金)	8月2日 (土)	8月3日 (日)
朝食	御飯130g 味噌汁 冷奴 たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 納豆 のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 卵焼き のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 ひじき煮 いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 豆乳がんも 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 卵焼き いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 根野菜と大豆のトマト煮 たいみそ 牛乳
昼食	御飯130g 魚の煮つけ 酢の物 ワカメスープ 果物	そうめん うざく 揚げ茄子の煮浸し 果物	御飯130g 麻婆豆腐 なす梅和え 野菜スープ 果物	御飯130g チキンチャップ オクラの和風マヨ和え とろろ汁 漬物	御飯130g 湯で豚の祢りス シーザーサラダ 華風コンソープ 果物	御飯130g 魚のオーロラソースかけ 和風ゴボウサラダ 豚汁 漬物	御飯130g チキンカレー 香味サラダ コンソメスープ 果物
間食	★ババロアシュー	★和菓子(浮き輪)	★南瓜プリン	抹茶アイス	★きなこケーキ	すいかゼリー	★あずき入り抹茶ケーキ
夕食	御飯130g 冷シャブ風 ゆかりとろろ 青菜とさつま揚げの炒め煮	御飯130g 魚のフライ サツマイのサラダ キャベツ炒め	御飯130g 魚のタンドリー風 ミックスサラダ さつまいもレーズン煮	御飯130g ブリと大根の煮物 じゃが芋の三杯酢 ごぼうのピリカラ炒め	御飯130g 魚のタンドリー風 もやし和え 薩摩芋甘露煮	御飯130g チーズハンバーグ 盛りサラダ ピーマンの焼き浸し	御飯130g 魚のマネズミ焼き らっきょうサラダ 南瓜のミルク煮
成分	エネルギー(kcal) 1412 たんぱく質 60.1 脂質 42.1	1409 54.5 41.1	1409 55.8 43.6	1404 52.3 41.4	1404 60.6 38.4	1412 55.6 51.1	1414 56.5 40.3



食材の入荷状況により、献立を一部変更する場合がございます。ご了承ください。

R7.7.28

