



予定献立表



基本食1400

	9月8日 (月)	9月9日 (火)	9月10日 (水)	9月11日 (木)	9月12日 (金)	9月13日 (土)	9月14日 (日)
朝食	御飯130g 味噌汁 目玉焼き たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 冷奴 のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 じゃが芋クリーム煮 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 洋風卵焼き たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 豆ひじき 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 切昆布大豆煮 いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 オムレツ たいみそ 牛乳
昼食	御飯130g トマトバターチキンカレー ブロッコリーのバター和え 玉葱とかまぼこスープ 漬物	御飯130g 鶏肉のトマトソース焼き もやしナムル とろろ汁 果物	御飯130g 白身魚のピザ焼き 野菜のおろし和え ミネストローネ風スープ 果物	ゆかりご飯 豚肉のマーマレード炒め 南瓜のカレー風味サラダ なめこと豆腐スープ 漬物	御飯130g 鮭のえのきソースかけ トマトとスナップエンドウサラダ 葱スープ 果物	御飯130g カレームニエル ポテトサラダ 貝だくさん汁 漬物	御飯130g 魚の野菜あんかけ 春雨サラダ カレースープ 漬物
間食	★2色ゼリー	★バームクーヘン	★たこ焼き	★ピーチプリン	★人参ケーキ	★もみじ饅頭	★ほうじ茶プリン
夕食	御飯130g 白身魚のピカタ 南瓜のフレンチサラダ 青梗菜の炒め物	御飯130g 赤魚の焼き浸し ゴーヤの酢の物 さつまいものいとし煮	御飯130g 鶏肉の薬味南蛮 薩摩芋のハニースタフサラダ 玉葱炒め	御飯130g あじフライ カリフラワー・レタス・和え 里芋の煮物	御飯130g 茄子と豚肉さっと煮 里芋のゆずサラダ キャベツ炒め	御飯130g 鶏肉のさっぱり煮 ピーナッツ和え ツナの炒り豆腐	御飯130g 豚肉の梅風味焼き スパゲティ・サラダ カリフラワー・とびろしのくず煮
成分	エネルギー(kcal) 1404 たんぱく質 58.2 脂質 44.5	1402 61.5 39.4	1406 52.9 40.0	1403 53.3 42.2	1420 63.3 42.8	1404 65.3 49.5	1406 53.7 46.9



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. 9. 8

