



予定献立表



基本食1400

	8月24日 (月)	8月25日 (火)	8月26日 (水)	8月27日 (木)	8月28日 (金)	8月29日 (土)	8月30日 (日)
朝食	御飯130g 味噌汁 絹厚揚げの煮物 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 金平ごぼう のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 豆ひじき たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 白菜とさつま揚げ煮 いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 野菜の炊き合わせ 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 オクラののり酢和え ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 里芋ゆずあんかけ のり佃煮 牛乳
昼食	ちゃんぽん 青菜とささみの和え物 じゃがバター炒め	御飯130g 白身魚の和風ソース炒め トマトのフレンチサラダ 具だくさん汁 漬物	御飯130g 魚のチーズ焼き 白菜の辛子和え オニオンスープ 漬物	御飯130g 鮭のチャンチャン焼き 伴三絲 豚汁 漬物	御飯130g ゆかりご飯 I ⁺ と豆腐の炒め キャベツおかか和え 冬瓜スープ	御飯130g サバ味噌煮 ところ天 具だくさん汁 漬物	御飯130g 魚のトロマヨ焼き さつまいもカレー風味サラダ のっぺい汁 漬物
間食	★フルーツ杏仁	★ブルーベリーケーキ	★羊羹	★ととやき(チョコ)	★いちごケーキ	★黒ゴマプリン	★ピーチプリン
夕食	御飯130g 魚の菜種焼き キャベツのマスタード和え 桜えびの炒めもの	御飯130g 鶏肉の照り焼き もやし中華風サラダ 林檎とさつま芋の甘煮	御飯130g タッカルビ 韓国風サラダ 煮豆	御飯130g 南瓜コロッケ*30g2個 茄子マリネ ごぼうピリ辛炒め	御飯130g 豚キムチ ポテトサラダ 人参千切り炒め	御飯130g 煮込みハンバーグ 白菜とピーマン和え さつま芋のレーズン煮	御飯130g 肉団子トマト煮 ゴーヤ酢の物 野菜炒め
成分	エネルギー(kcal) 1406 たんぱく質 59.7 脂質 37.2	1407 57.6 38.2	1405 58.6 34.6	1405 54.0 41.4	1407 57.3 40.9	1406 52.6 43.8	1408 52.5 40.2



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。

令和8年8月20日

