



週間予定献立表



		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)
今週の麺メニュー 8月19日(火)夕食 「たぬきうどん」  ※イメージ図	朝	御飯 味噌汁 チンゲン菜とベーコン炒め しめじのおろし和え かつおふりかけ	御飯 味噌汁 揚げボールの生姜煮 キャベツの中華和え 昆布佃煮	御飯 パンプキンスープ チーズオムレツ 白菜のごまドレ和え 御飯⇒ふりかけ パン⇒ブルーベリージャム	御飯 味噌汁 魚肉野菜煮 ツナの和え物 梅干し	御飯 味噌汁 はんぺんバター炒め しそ納豆	御飯 コンソメスープ マカロニケチャップ煮 キャベツのマヨ和え 御飯⇒ふりかけ パン⇒マーガリン	御飯 味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮 フレンチサラダ 漬物
	昼	御飯 アジの野菜あんかけ かに焼売 シルバーサラダ 黄桃缶 牛乳	御飯 肉豆腐 金平ごぼう オクラのおかか和え オレンジ 牛乳	御飯 タラのキムチ煮 かぼちやの鶏そぼろあん きゅうりの酢の物 パイン缶 牛乳	御飯 ハンバーグ 大根とさつま揚げの炒め煮 ほうれん草のピーナッツ和え りんご缶 牛乳	ゆかり御飯 ホキの酒蒸し ブロッコリーカニあんかけ 小松菜の和風サラダ みかん缶 牛乳	御飯 チキンカツ 大根の味噌煮 ひじきサラダ 白桃缶 牛乳	御飯 トマトカレー ブロッコリーサラダ 洋梨缶 ジョア
	タ	御飯 すまし汁 鶏肉のきじ焼き なすの味噌田楽 コールスローサラダ	御飯 味噌汁 サバの香味ソースかけ じゃがバター カリフラワーとコーンサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉のトマト煮 五目煮豆 アスパラサラダ	御飯 すまし汁 鱈の有馬焼き 里芋の味噌煮 シーザーサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉きのこソースかけ 焼きそば風切干大根 スパゲティオーロラサラダ	御飯 味噌汁 白身魚のフワフワ焼き チンゲン菜炒め 白菜の中華サラダ	御飯 中華スープ 八宝菜 なす炒め ほうれん草のごま和え
エネルギー (kcal)		1798	1812	1814	1792	1803	1855	1808
たんぱく質 (g)		68.9	66.8	71.2	66.7	70.2	65.2	69.4
脂質 (g)		44.9	43	36.6	44.2	45.6	50.3	45.6
炭水化物 (g)		269.7	278.5	289.3	271.9	268.5	276.7	273.5
食塩 (g)		8.8	9	8.1	9.9	8.8	8.4	9.1

食材の都合により一部献立を変更する場合がございます。