

週間献立表

※食材の入荷の都合により変更させていただく場合もございます。

	朝食	昼食	夕食	おやつ	栄養量
7/6 (日)	オレンジピールパン 出汁巻き卵 ブロッコリーの ピーナッツ和え 牛乳	ご飯 白身魚の生姜煮 大豆のカレー炒め ほうれん草のサラダ 味噌汁	ご飯 豚肉の和風炒め ごぼうの炒り煮 やっこ(梅ダレ)	手作りあんシュー (栗あん)	エネルギー 1531 kcal たんぱく質 72.1 g 塩分相当量 5.7 g
7/7 (月)	食パン ハンバーグ じゃがいもの ポタージュ 牛乳	☆七夕メニュー☆ いなり寿司 七夕素麺 切干大根の煮物 黄桃缶の ピーチジュレ	ご飯 鶏肉のくわ焼き 高野豆腐の サイコロ煮 南瓜サラダ 桜漬け	ミルクプリン (あんずソース)	エネルギー 1604 kcal たんぱく質 66.9 g 塩分相当量 7.9 g
7/8 (火)	チキングラタンパン 千草焼き 白菜のスープ 牛乳	ご飯 豚カツの おろしあんかけ 里芋の煮物 キャベツのサラダ 赤出汁	ご飯 いわしの山椒煮 小松菜の炒め物 スパゲッティサラダ とろろ汁	抹茶カップケーキ	エネルギー 1651 kcal たんぱく質 63.2 g 塩分相当量 7.1 g
7/9 (水)	テーブルロール ポテトミンチ巻き カリフラワーの サラダ 牛乳	サラダ寿司 絹揚げの煮物 大根の和え物 味噌汁	ご飯 レモンチキン ほうれん草のソテー ヨーグルトの はちみつソースかけ	酒まんじゅう	エネルギー 1520 kcal たんぱく質 56.6 g 塩分相当量 5.7 g
7/10 (木)	たまごサラダパン 鶏つみれ 豆乳スープ 牛乳	☆カレーランチ☆ 夏野菜カレー キャベツのお浸し フルーツ缶と 寒天の盛合せ	ご飯 ぶりの香味焼き 手作りごま豆腐 ブロッコリーサラダ	いしやきいも・桃山	エネルギー 1681 kcal たんぱく質 64.3 g 塩分相当量 5.3 g
7/11 (金)	食パン 磯巻き卵 里芋のスープ 牛乳	ご飯 蒸し鶏(梅ソース) 茄子の田舎煮 ひじきのマヨサラダ 味噌汁	ご飯 さばの味噌煮 豚肉の炒め物 胡瓜の甘酢和え	カフェマドレーヌ	エネルギー 1499 kcal たんぱく質 47.2 g 塩分相当量 5.9 g
7/12 (土)	バターロール カリフラワーの サラダ カレースープ バナナ風味ゼリー	ご飯 鮭の照焼き いかのふくさ焼き ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 豚肉の オイスター炒め やっこ(醤油) ほうれん草の ごま和え	黒糖まんじゅう (白あん)	エネルギー 1577 kcal たんぱく質 64.1 g 塩分相当量 5.5 g