

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がございます。

| | 朝食 | 昼食 | 夕食 | おやつ | 栄養量 |
|----------|---|---|--|-------------------|---|
| 8/17 (日) | いちご風味パン ハムチーズピカタ ブロッコリーサラダ ココア | ご飯 ホッケの塩麹焼き もやしの炒め物 オクラのおろし和え 味噌汁 | ご飯 豚肉のすき煮 いかのふくさ焼き 黄桃缶の ピーチジュレ | どら焼き (カスタード) | エネルギー 1645 kcal たんぱく質 65.9 g 塩分相当量 5.3 g |
| 8/18 (月) | 食パン クリームチキン カレースープ 牛乳 | ☆麺メニュー☆ ミートスパゲティ じゃがいもの煮物 いんげんの 香味和え コンソメスープ | ご飯 さばの照焼き たけのこの炒り煮 南瓜のサラダ | 手作りあんシュー (栗あん) | エネルギー 1624 kcal たんぱく質 63.2 g 塩分相当量 6.8 g |
| 8/19 (火) | りんごジャムパン 洋風出汁巻き卵 じゃが芋のスープ 牛乳 | ご飯 牛肉のピリ辛炒め えびシュウマイ 青梗菜の真砂和え 味噌汁 | ご飯 いわしの生姜煮 卵の花 カリフラワーサラダ | いちごマドレーヌ | エネルギー 1718 kcal たんぱく質 59.1 g 塩分相当量 6.3 g |
| 8/20 (水) | テーブルロール 白菜の麩ナムル和え 豆乳スープ 牛乳 | ご飯 白身魚の唐揚げ 枝豆の 塩バターソテー 大根の和風サラダ 味噌汁 | ご飯 鶏肉の にんにく醤油焼き れんこんのきんぴら 玉子豆腐 | バウムクーヘン | エネルギー 1613 kcal たんぱく質 65.1 g 塩分相当量 6.5 g |
| 8/21 (木) | 蒸しパン ミートオムレツ 切干大根のサラダ カルシウムミルク | ちらし寿司 絹揚げの煮物 もやしの和え物 味噌汁 | ご飯 豚じゃが 冷やし冬瓜 ちりめん山椒 | きなこプリン | エネルギー 1538 kcal たんぱく質 61.2 g 塩分相当量 6.4 g |
| 8/22 (金) | 食パン かに玉 ほうれん草のスープ 牛乳 | ご飯 酢鶏 大豆の煮物 マンゴー缶 中華スープ | ご飯 三色稲荷の炊合せ 白菜のとろみ炒め ブロッコリーサラダ | みるくまんじゅう (抹茶) | エネルギー 1800 kcal たんぱく質 61.2 g 塩分相当量 7.5 g |
| 8/23 (土) | バターロール キャベツのソテー 豆のポタージュ 牛乳 | ご飯 豚肉の マスタード炒め 南瓜の含め煮 ヨーグルトの はちみつソース 味噌汁 | ご飯 赤魚の煮付け 小松菜の炒め物 とろろの 梅かつお和え | バナナ風味ゼリー | エネルギー 1616 kcal たんぱく質 68.0 g 塩分相当量 5.3 g |