

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
8/31 (日)	抹茶パン 鶏つみれの煮物 キャベツの和え物 ももジュース	ご飯 豚肉の生姜炒め 高野豆腐の煮物 小松菜のピリ辛和え 味噌汁	ご飯 たららのソテー ミニオムレツ ブロッコリーサラダ	黒糖まんじゅう	エネルギー 1619 kcal たんぱく質 65.3 g 塩分相当量 4.6 g
9/1 (月)	食パン ハンバーグ ポトフ 牛乳	ご飯 さわらの魚田 絹揚げのそぼろ煮 みかん缶 すまし汁	ご飯 おでん キャベツの じゃこ炒め ひじきの和風サラダ	豆乳カステラ	エネルギー 1705 kcal たんぱく質 69.4 g 塩分相当量 7.6 g
9/2 (火)	いちごジャムパン チキンピカタ うまい菜のスープ 牛乳	ご飯 とん平焼き 大根の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ご飯 白身魚の煮付け きんぴらごぼう マカロニサラダ	スイートポテト	エネルギー 1693 kcal たんぱく質 67.2 g 塩分相当量 7.3 g
9/3 (水)	テーブルロール 照焼き風肉団子 カリフラワーサラダ ココア	ご飯 オレンジチキン しろなのソテー 大根のサラダ 味噌汁	ご飯 赤魚の焼き浸し やっこ(葱味噌ダレ) とろろ汁 高菜炒め	☆誕生日おやつ☆ コーヒー ケーキ	エネルギー 1599 kcal たんぱく質 65.9 g 塩分相当量 4.7 g
9/4 (木)	チキングラタンパン オムレツ カレースープ 牛乳	ご飯 白身魚の生姜煮 もやしの炒め物 さつま芋のサラダ 味噌汁	ご飯 八宝菜 かにシュウマイ 杏仁豆腐	手作り水ようかん	エネルギー 1649 kcal たんぱく質 64.4 g 塩分相当量 6.1 g
9/5 (金)	食パン ポテトミンチ巻き 白菜のスープ 牛乳	☆丼メニュー☆ 親子丼 高野豆腐の煮物 大根のサラダ 味噌汁	ご飯 絹揚げの炊合せ キャベツの炒め物 さくら漬け	シフォンカップケーキ (ココア)	エネルギー 1606 kcal たんぱく質 63.0 g 塩分相当量 7.9 g
9/6 (土)	バターロール 南瓜のホットマッシュ いんげんの和え物 牛乳	ご飯 豚カツの おろしあんかけ れんこんのきんぴら ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 白身魚のグリル ～葱ソース～ 大豆の煮物 カリフラワーサラダ	酒まんじゅう	エネルギー 1655 kcal たんぱく質 60.5 g 塩分相当量 5.5 g