



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
9/21 (日)	たまごサラダパン 野菜ミンチ巻き 大根のスープ 牛乳	ご飯 回鍋肉 がんもの煮物 胡瓜の甘酢和え 味噌汁	ご飯 白身魚の煮付け 白菜のとりみ炒め うまい菜の 真砂和え	みるくまんじゅう	エネルギー 1611 kcal たんぱく質 54.3 g 塩分相当量 7.0 g
9/22 (月)	食パン かに玉 カレースープ 牛乳	☆郷土料理☆ ご飯 白身魚唐揚げ あみだいこん(岡山) 小松菜のサラダ 味噌汁	ご飯 合鴨スライス 高野豆腐の煮物 コールスローサラダ	チョコマドレーヌ	エネルギー 1696 kcal たんぱく質 67.5 g 塩分相当量 6.6 g
9/23 (火)	ミルクパン 鶏つみれ 豆のスープ 牛乳	☆麺メニュー☆ 卵とじうどん キャベツの炒め物 大根の塩麹サラダ	ご飯 牛皿 ブロッコリーの 麦味噌和え 白桃缶	☆秋分の日☆ おはぎ	エネルギー 1667 kcal たんぱく質 62.0 g 塩分相当量 7.1 g
9/24 (水)	テーブルロール 洋風だし巻き卵 キャベツのサラダ ミルクコーヒー	ご飯 豚肉と里芋の煮込み やっこ(醤油) 青梗菜の和え物 味噌汁	ご飯 さわらの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 もやしのサラダ	みるくまんじゅう (抹茶)	エネルギー 1552 kcal たんぱく質 61.8 g 塩分相当量 5.4 g
9/25 (木)	コッペパンキャラメル スクランブルエッグ しろなのスープ 牛乳	☆カレーランチ☆ 秋の実りカレー ブロッコリーサラダ 黄桃缶の ピーチジュレ	ご飯 高野豆腐の 炊き合わせ キャベツの炒め物 ポテトサラダ	シフォンカップケーキ	エネルギー 1640 kcal たんぱく質 60.9 g 塩分相当量 6.3 g
9/26 (金)	食パン 野菜の豆乳寄せ ポトフ 牛乳	☆炊き込みご飯☆ 栗ご飯 鮭の若狭焼き 大根と豚肉の炒め物 うまい菜の和え物 味噌汁	ご飯 牛肉コロケ れんこんの炒め生酢 手作りごま豆腐	いしやきいと桃山	エネルギー 1620 kcal たんぱく質 60.6 g 塩分相当量 6.7 g
9/27 (土)	バターロール ハムチーズピカタ トマトスープ 牛乳	ご飯 豚肉の生姜炒め えびつみれの煮物 もやしのサラダ 味噌汁	ご飯 いわしの山椒煮 卵の花 スパゲティサラダ	黒糖まんじゅう	エネルギー 1706 kcal たんぱく質 57.3 g 塩分相当量 6.5 g