



週間献立予定表



日にち	7月29日		7月30日		7月31日		8月1日		8月2日		8月3日		8月4日		
曜日	月		火		水		木		金		土		日		
朝食 	ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		
	豆腐ハンバーグ		スクランブルエッグ		味付け肉団子		ウィンナーケチャップソテー		牛肉と里芋の煮物		焼き魚		アスパラとベーコンの炒め		
	ベーコンといんげんのソテー		筑前煮		ささみとアスパラの和え物		半熟卵		タマゴサラダ		マカロニソテー		切干大根煮		
	野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		
汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物	
牛乳		ヨーグルト		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
味付けのり		ふりかけ		のり佃煮		うめびしお		ふりかけ		ふりかけ		ふりかけ		ふりかけ	
昼食 	タルタルカツ丼		ビーフカレー		葱塩カルビ丼		冷やし山菜鶏うどん		五目麻婆丼		スパゲティたらこクリームソース		他人丼		
	ビーフンのオイスターいため		はんぺんチーズフライ		かぼちゃサラダ		コロケ		春巻き		メンチカツ		冷奴		
	ほうれん草のおかか和え		花野菜と豆のサラダ		きゅうりとわかめの酢の物		アスパラとイカの和え物		春雨ともやしのごまだれあえ		おくらと山菜のわさび風味の和え物		きゅうりの塩昆布和え		
	汁物		福神漬		汁物		混ぜご飯		汁物		汁物		汁物		
ゼリー		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		乳酸飲料		果物		乳酸飲料	
夕食 	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		
	鯖の照り焼き		豚肉のガーリックソテー		豚肉のキムチ炒め		ハンバーグオニオンソース		豚肉パーベキュー炒めソース		チキンステーキ		鶏肉の中華炒め		
	茄子とピーマンの炒め		フライドポテト		餃子		ほうれん草としめじソテー		なすのおかか和え		根野菜の煮物		エビニラマン		
	ポテトサラダ		白菜と小松菜のお浸し		メンマの和え物		ごぼうサラダ		中華ポテト		もずく酢		小松菜のお浸し		
スロー		スロー		スロー		スロー		スロー		スロー		スロー		スロー	
汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物	
エネルギー	2,801	kcal	2,890	kcal	2,682	kcal	2,843	kcal	2,768	kcal	2,699	kcal	2,731	kcal	
たんぱく質	90.9	g	89.3	g	87.1	g	90.7	g	89.0	g	87.1	g	87.9	g	
脂質	89.2	g	80.9	g	85.7	g	83.9	g	97.2	g	83.9	g	79.3	g	
塩分	10.6	g	11.0	g	10.8	g	10.9	g	9.4	g	9.7	g	10.4	g	

仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承くださいませ。

