



週間献立予定表



日にち	8月5日		8月6日		8月7日		8月8日		8月9日		8月10日		8月11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			
	オムレツ		厚揚げと豚肉の炒め		ポイルウインナー		肉野菜炒め		厚焼き玉子		焼き魚			
	挽肉と野菜のビーフン		かぼちゃサラダ		金平ごぼう		マカロニサラダ		白菜とベーコン煮		じゃが芋のケチャップ炒め			
	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				
ヨーグルト		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳				
ふりかけ		味付けのり		うめびしお		のり佃煮		ふりかけ		ふりかけ				
昼食 	シーフードカレー		ブルコギ丼		冷やしラーメン		チキンピラフ		豚丼		ご飯			
	ピーマン肉詰めフライ		ほうれん草とキャベツの炒り煮		鶏肉とこんにゃくの旨煮		クリームコロッケ		ほうれん草としめじのソテー		ささみチーズカツ			
	シーザーサラダ		半熟卵		ポテトサラダ		菜の花と蒸し鶏のポン酢和え		わかめと胡瓜の生姜和え		マカロニソテー			
	福神漬け		汁物		混ぜご飯		汁物		汁物		ミックス野菜サラダ			
牛乳		乳酸飲料		乳酸飲料		乳酸飲料		ゼリー		汁物		乳酸飲料		
夕食 	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯					
	鶏ももの味噌焼き		鮭のチーズ焼き		ポークソテー		ハンバーグオニオンソース		麻婆春雨					
	なすの青じそ和え		バジルスバゲティ		キャベツの炒り卵		フライドポテト		さつま揚げの煮物					
	かぶとクラゲの中華サラダ		カクテルサラダ		小松菜とコーンの和え物		ブロッコリー&カリフラワー		メンマの和え物					
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						
エネルギー	2,960	kcal	2,864	kcal	2,783	kcal	2,787	kcal	2,436	kcal	1,432	kcal		kcal
たんぱく質	95.4	g	96.4	g	91.7	g	84.7	g	83.9	g	50.1	g		g
脂質	89.4	g	82.0	g	85.7	g	80.3	g	76.3	g	49.1	g		g
塩分	11.5	g	10.0	g	11.0	g	10.0	g	10.7	g	7.0	g		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。

