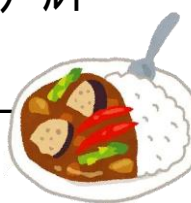




週間献立表 <<常食>>

	16	17	18	19	20	21	22
朝食	《共通料理》 さつま芋の甘露煮 牛乳 ～和食～ さけ雑炊 フルーツ缶 ～洋食～ 食パン 卵スープ	《共通料理》 ベイクドエッグ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 大根スープ	《共通料理》 豆のサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ ロールパン ポパイスープ	《共通料理》 人参のサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン ポタージュスープ	《共通料理》 キャベツの和風サラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ ロールパン オニオンスープ	《共通料理》 汁入りスクランブルエッグ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン コンソメスープ	《共通料理》 ほうれん草ソテー 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ ロールパン パンポキンスープ
昼食	 ご飯 お吸い物 豚肉ごま味噌炒め キャベツおかか和え おくら酢の物	ご飯 お吸い物 おからの西京焼き もやし胡麻酢和え ぶどうムース	夏野菜カレー（麦飯） 福神漬け 盛り合せサラダ フルーツヨーグルト 	ご飯 味噌汁 豚肉の梅だれ 冬瓜海老くず煮 杓苳草汁和え	雑穀ご飯 味噌汁 たらゆかり揚げ 南瓜サラダ メロンゼリー	♪麺の日♪ 味噌ラーメン バンバンジーサラダ 杏仁豆腐 	雑穀ご飯 味噌汁 ホキの磯辺焼き しろ菜の煮浸し オレンジゼリー
夕食	ご飯 キャロットスープ たらのクリームニル 玉ねぎの炒め物 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 厚揚げと茄子炒め 蓮根と豚肉の煮物 つぼ漬け	ご飯 味噌汁 アジの南蛮漬け 大根の胡麻和え 金時煮豆	ご飯 中華スープ かに玉あんかけ もやしのカレー炒め マンゴー缶	ご飯 味噌汁 チキンソテー 春雨さっぱり和え しば漬け	ご飯 お吸い物 お好み焼き ブロッコリーサラダ 黄桃缶	ご飯 お吸い物 豆腐味噌あんかけ じゃが芋の煮物 うぐいす豆
栄養価	1626 kcal/塩分 5.8 g	1617 kcal/塩分 6.5 g	1680 kcal/塩分 7.6 g	1668 kcal/塩分 7.0 g	1641 kcal/塩分 7.2 g	1615 kcal/塩分 7.7 g	1597 kcal/塩分 6.1 g

食材の入荷状況によりやむを得ず献立変更となる場合があります。