



週 間 予 定 献 立 表



		7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	7月24日(金)	7月25日(土)
今週の麺メニュー 7月21日(火)夕食 「ミートソースパゲティ」 	朝	御飯 味噌汁 チンゲン菜とベーコン炒め しめじのおろし和え かつおふりかけ	御飯 味噌汁 揚げボールの生姜煮 キャベツの中華和え 昆布佃煮	御飯/パン パンプキンスープ チーズオムレツ 白菜のごまドレ和え 御飯⇒ふりかけ パン⇒ブルーベリージャム	御飯 味噌汁 魚肉ソーセージ野菜煮 ツナの和え物 梅干し	御飯 味噌汁 はんぺんバター炒め しそ納豆	御飯/パン コンソメスープ マカロニケチャップ煮 キャベツのマヨ和え 御飯⇒ふりかけ パン⇒マーガリン	御飯 味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮 フレンチサラダ 漬物
※イメージ図 セレクトメニュー ・火曜日と金曜日の朝はパンかご飯か選べます ・火曜日の夜は麺類かご飯か選べます ※麺は上記内容で、種類は選べません	昼	御飯 アジの野菜あんかけ かに焼売 シルバーサラダ 黄桃缶 牛乳	御飯 肉豆腐 金平ごぼう オクラのおかか和え オレンジ 牛乳	御飯 たらのキムチ煮 南瓜のそぼろあんかけ もやしと胡瓜の酢の物 パイン缶 牛乳	御飯 ハンバーグ 大根とさつま揚げの炒め煮 ほうれん草のピーナッツ和え りんご缶 牛乳	ゆかり御飯 ホキの酒蒸し ブロッコリー蟹あんかけ 和風サラダ みかん缶 牛乳	御飯 チキンカツ 大根の味噌煮 ひじきサラダ 白桃缶 牛乳	御飯 トマトカレー ブロッコリーサラダ 洋梨缶 ジョア
	夕	御飯 すまし汁 鶏肉のきじ焼き なすの味噌田楽 コールスローサラダ	御飯 味噌汁 サバの香味ソースかけ じゃがバター カリフラワーとコーンサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉のトマト煮 五目煮豆 アスパラサラダ	御飯 すまし汁 鰯の有馬焼き 里芋の味噌煮 シーザーサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉のポルトガル風 切干大根の煮物 スパゲティサラダ	御飯 味噌汁 白身魚のフワフワ焼き チンゲン菜炒め 白菜の中華サラダ	御飯 中華スープ 八宝菜 なす炒め ほうれん草のごま和え
エネルギー(kcal)		1785	1768	1799	1778	1782	1814	1797
たんぱく質(g)		67.6	67.3	69.2	66.0	69.2	65.6	68.3
脂 質(g)		56.8	53.3	47.3	55.2	53.8	57.6	56.6
炭水化物(g)		269.2	278.5	290.7	270.9	272.7	275.7	270.9
食 塩(g)		9.3	9.2	8.2	9.6	8.9	8.4	9.3

食材の都合により一部献立を変更する場合がございます。