



# メニュー表



	8月4日(日曜日)	8月5日(月曜日)	8月6日(火曜日)	8月7日(水曜日)	8月8日(木曜日)	8月9日(金曜日)	8月10日(土曜日)
朝食	ロールパン 豆腐ハンバーグ ほうれん草の煮浸し ジュース 	カスタードロール ベーコンエッグ さつまいもサラダ 牛乳	ジャムパン 野菜オムレツ かぼちゃサラダ 牛乳 	くるみロール ミートボール 高野豆腐の玉子とし スープ	ショコラロール キャベツのソテー ポテトサラダ 牛乳 	ロールパン ス克蘭ブルエッグ ジャーマンポテト 牛乳	レーズンパン ハッシュドポテト 春雨の中華風 牛乳 
	I補 <sup>+</sup> - 355kcal 炭水化物 60.3g 蛋白質 11.0g 脂質 8.0g 食塩当量 1.7g	I補 <sup>+</sup> - 456kcal 炭水化物 49.6g 蛋白質 14.3g 脂質 22.1g 食塩当量 1.1g	I補 <sup>+</sup> - 403kcal 炭水化物 50.6g 蛋白質 12.9g 脂質 16.1g 食塩当量 1.3g	I補 <sup>+</sup> - 321kcal 炭水化物 39.0g 蛋白質 12.8g 脂質 12.2g 食塩当量 2.7g	I補 <sup>+</sup> - 422kcal 炭水化物 44.9g 蛋白質 13.3g 脂質 21.1g 食塩当量 1.2g	I補 <sup>+</sup> - 445kcal 炭水化物 48.3g 蛋白質 14.7g 脂質 21.3g 食塩当量 1.8g	I補 <sup>+</sup> - 449kcal 炭水化物 58.3g 蛋白質 11.1g 脂質 18.8g 食塩当量 2.1g
昼食	ご飯 鶏肉のタレ漬焼き 添え野菜 切干大根の煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 	ご飯 ほっけの塩焼き 添え野菜 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁	おにぎり ちゃんぽん ギョーザ フルーツ 	コロッケカレー ごぼうサラダ ヨーグルト 福神漬	<沖縄県 ご当地メニュー> ご飯 ゴーヤチャンプル 人参しりしり おぼろ汁 パインムース 	バターライス ナポリタン キャベツのサラダ スープ 	ご飯 とり天 添え野菜 茄子の煮浸し 二色和え 味噌汁
	I補 <sup>+</sup> - 508kcal 炭水化物 70.9g 蛋白質 21.2g 脂質 16.2g 食塩当量 3.3g	I補 <sup>+</sup> - 402kcal 炭水化物 62.1g 蛋白質 19.6g 脂質 8.9g 食塩当量 2.8g	I補 <sup>+</sup> - 543kcal 炭水化物 87.7g 蛋白質 15.7g 脂質 16.0g 食塩当量 3.7g	I補 <sup>+</sup> - 643kcal 炭水化物 108.8g 蛋白質 11.7g 脂質 18.1g 食塩当量 3.2g	I補 <sup>+</sup> - 535kcal 炭水化物 71.9g 蛋白質 16.0g 脂質 21.8g 食塩当量 2.5g	I補 <sup>+</sup> - 510kcal 炭水化物 92.7g 蛋白質 13.3g 脂質 11.4g 食塩当量 3.8g	I補 <sup>+</sup> - 531kcal 炭水化物 77.3g 蛋白質 20.9g 脂質 15.7g 食塩当量 3.5g
夕食	ご飯 豚肉のオイスター炒め 南瓜の煮物 もやしの和え物 味噌汁 	ご飯 ミートボールのクリーム煮 白菜の煮浸し 春雨の和え物 味噌汁 	ご飯 牛肉と冬瓜の煮物 ひじきの炒め煮 スパサラダ 味噌汁 	ご飯 かに玉風 大根の煮物 三度豆の香味和え スープ	ご飯 サワラの照焼き 添え野菜 がんも煮 オクラのゆかり和え 味噌汁 	ご飯 筑前煮 ビーフンの高菜炒め 春菊の和え物 味噌汁	ご飯 つくねの味噌焼き 添え野菜 さつまいもの煮物 白菜の柚子香和え 吸物
	I補 <sup>+</sup> - 571kcal 炭水化物 80.7g 蛋白質 16.0g 脂質 22.2g 食塩当量 3.1g	I補 <sup>+</sup> - 457kcal 炭水化物 82.6g 蛋白質 14.5g 脂質 8.2g 食塩当量 3.8g	I補 <sup>+</sup> - 589kcal 炭水化物 78.0g 蛋白質 14.7g 脂質 25.9g 食塩当量 2.9g	I補 <sup>+</sup> - 411kcal 炭水化物 69.6g 蛋白質 12.6g 脂質 9.8g 食塩当量 3.4g	I補 <sup>+</sup> - 455kcal 炭水化物 66.7g 蛋白質 21.2g 脂質 12.1g 食塩当量 3.2g	I補 <sup>+</sup> - 472kcal 炭水化物 81.8g 蛋白質 16.1g 脂質 10.1g 食塩当量 3.0g	I補 <sup>+</sup> - 485kcal 炭水化物 89.2g 蛋白質 12.8g 脂質 9.1g 食塩当量 2.9g

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。