



メニュー表



	8月11日(日曜日)	8月12日(月曜日)	8月13日(火曜日)	8月14日(水曜日)	8月15日(木曜日)	8月16日(金曜日)	8月17日(土曜日)
朝食	黒糖ロールパン オムレツ 野菜のクリーム煮 ジュース 	あんぱん ハンバーグ かぼちゃサラダ 牛乳 	うずまきクリームパン 野菜オムレツ ポテトサラダ 牛乳	ロールパン マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー スープ	カスタードロール ベーコンポテト ブロッコリーの煮浸し 牛乳 	ジャムパン ミートボール 高野豆腐の玉子とじ 牛乳	くるみロール キャベツのソテー さつまいもサラダ 牛乳
	I補給 - 346kcal 炭水化物 62.3g 蛋白質 11.0g 脂質 6.2g 食塩当量 1.6g	I補給 - 474kcal 炭水化物 69.3g 蛋白質 16.0g 脂質 14.2g 食塩当量 1.3g	I補給 - 395kcal 炭水化物 42.5g 蛋白質 13.4g 脂質 18.9g 食塩当量 1.3g	I補給 - 307kcal 炭水化物 40.8g 蛋白質 9.1g 脂質 11.8g 食塩当量 2.7g	I補給 - 407kcal 炭水化物 47.5g 蛋白質 13.4g 脂質 18.0g 食塩当量 1.6g	I補給 - 440kcal 炭水化物 51.5g 蛋白質 17.8g 脂質 17.8g 食塩当量 1.1g	I補給 - 422kcal 炭水化物 47.1g 蛋白質 12.7g 脂質 19.7g 食塩当量 1.5g
昼食	紫蘇の実散らし寿司 ほうれん草の辛子和え 赤だし デザート 	チャーハン 肉団子 大根サラダ スープ 	おにぎり にゅうめん オクラの和え物 一口和菓子	<精進料理> 枝豆ご飯 夏野菜の天麩羅/かき揚げ 抹茶塩添え 高野煮 吸物 フルーツ 	ご飯 チンジャオロース 糸こんにゃくの炒め物 海藻サラダ スープ 	ご飯 ハムカツ/かにクリームライ 添え野菜 大根のくず煮 味噌汁 フルーツ	マーボー丼 エビ風味シューマイ 白菜の和え物 スープ
	I補給 - 418kcal 炭水化物 84.5g 蛋白質 10.4g 脂質 4.4g 食塩当量 4.0g	I補給 - 475kcal 炭水化物 79.4g 蛋白質 16.8g 脂質 10.1g 食塩当量 4.0g	I補給 - 374kcal 炭水化物 80.0g 蛋白質 10.7g 脂質 2.3g 食塩当量 4.7g	I補給 - 574kcal 炭水化物 91.6g 蛋白質 12.8g 脂質 19.0g 食塩当量 1.8g	I補給 - 592kcal 炭水化物 73.9g 蛋白質 13.8g 脂質 27.3g 食塩当量 3.9g	I補給 - 595kcal 炭水化物 95.7g 蛋白質 13.9g 脂質 17.8g 食塩当量 3.5g	I補給 - 500kcal 炭水化物 74.4g 蛋白質 18.8g 脂質 14.4g 食塩当量 4.2g
夕食	ご飯 牛肉の甘辛炒め 冬瓜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁 	ご飯 豆腐ステーキのそぼろあんかけ 竹輪の甘辛煮 胡瓜とワカメの酢味噌和え 吸物	ご飯 白身魚の南蛮漬け がんも煮 チンゲン菜の香味和え 味噌汁 	ご飯 煮込みハンバーグ 添え野菜 切干大根の煮物 青菜の胡麻和え 味噌汁 	ご飯 サラワの梅煮 添え野菜 三度豆の炒め煮 キャベツの昆布和え 味噌汁	ご飯 豚肉のうま塩炒め 南瓜の煮物 もやしの和え物 吸物 	ご飯 鶏肉の柚子胡椒焼き 添え野菜 茄子の煮物 春雨サラダ 味噌汁
	I補給 - 547kcal 炭水化物 73.1g 蛋白質 15.3g 脂質 23.5g 食塩当量 3.2g	I補給 - 481kcal 炭水化物 77.1g 蛋白質 22.7g 脂質 10.3g 食塩当量 2.6g	I補給 - 446kcal 炭水化物 79.2g 蛋白質 19.6g 脂質 5.4g 食塩当量 3.1g	I補給 - 484kcal 炭水化物 78.2g 蛋白質 15.7g 脂質 15.8g 食塩当量 4.2g	I補給 - 422kcal 炭水化物 68.5g 蛋白質 20.2g 脂質 8.2g 食塩当量 3.4g	I補給 - 549kcal 炭水化物 76.0g 蛋白質 14.8g 脂質 22.6g 食塩当量 2.6g	I補給 - 548kcal 炭水化物 74.9g 蛋白質 20.1g 脂質 18.7g 食塩当量 3.1g

※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。