

8月 予定献立



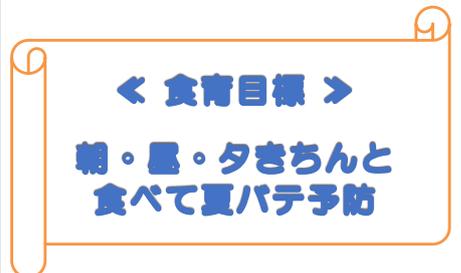
8月1日 (火)	8月2日 (水)	8月3日 (木)	8月4日 (金)	8月5日 (土)
#フルーツ 魚のマヨネーズ焼き 三色ナムル 五目みそ汁 フルーツ *ごはん	#野菜スティック 豆腐の五目煮 焼き豚サラダ 鮭ふりかけ フルーツ *ごはん	#ジョア 魚フライ ごまみそあえ かき玉汁 フルーツ *ごはん	#牛乳・お菓子 キャベツの みそスープ煮 かぼちゃサラダ フルーツ *ごはん	#ヤクルト コーンクリームフライ ポテトサラダ 牛乳 フルーツ *ごはん
牛乳 ホットケーキ エネルギー 346 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 17.0 g 食塩相当量 1.2 g	牛乳 ツナサンド エネルギー 357 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 17.9 g 食塩相当量 2.0 g	牛乳 クッキー エネルギー 382 kcal たんぱく質 16.6 g 脂質 18.7 g 食塩相当量 1.5 g	牛乳 あべかわマカロニ エネルギー 374 kcal たんぱく質 13.3 g 脂質 17.1 g 食塩相当量 1.5 g	エネルギー 225 kcal たんぱく質 7.1 g 脂質 6.6 g 食塩相当量 0.5 g

8月7日 (月)	8月8日 (火)	8月9日 (水)	8月10日 (木)	8月11日 (金)	8月12日 (土)
#牛乳・お菓子 野菜と挽肉のみそ炒め 中華風サラダ トマトと玉子のスープ フルーツ *ごはん	#野菜スティック 揚げ魚の野菜ソース かぼちゃのごま和え なすと豆腐のみそ汁 フルーツ *ごはん	#フルーツ たぬき丼 ごま酢和え じゃが芋と若布の みそ汁 フルーツ *ごはん	#牛乳・お菓子 豚肉と豆腐の煮物 ポテトとツナのサラダ ヤクルト *ごはん	山の日	#ヤクルト 挽肉コロッケ マカロニサラダ 牛乳 フルーツ *ごはん
牛乳 ジャムサンド エネルギー 396 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 15.7 g 食塩相当量 2.0 g	麦茶 ヨーグルトケーキ エネルギー 389 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 16.6 g 食塩相当量 1.1 g	牛乳 ミニドック エネルギー 391 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 18.4 g 食塩相当量 1.9 g	フルーツポンチ エネルギー 310 kcal たんぱく質 15.0 g 脂質 13.5 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂質 g 食塩相当量 g	エネルギー 216 kcal たんぱく質 6.7 g 脂質 3.8 g 食塩相当量 0.1 g

8月14日 (月)	8月15日 (火)	8月16日 (水)	8月17日 (木)	8月18日 (金)	8月19日 (土)
#野菜スティック 八宝菜 菜の花和え キャベツのスープ フルーツ *ごはん	#フルーツ 豚汁 ミックスサラダ フルーツ *ごはん	#牛乳・お菓子 肉豆腐 キャベツとパインの サラダ フルーツ *ごはん	#野菜スティック 鶏肉のゲチャップ煮 コーンともやしの ソテー フルーツ *ごはん	#フルーツ 夏野菜カレー フレンチサラダ 牛乳 フルーツ *ごはん	#ヤクルト かぼちゃコロッケ サブティサラダ 牛乳 フルーツ *ごはん
桃缶ヨーグルトかけ エネルギー 220 kcal たんぱく質 10.3 g 脂質 5.1 g 食塩相当量 1.8 g	麦茶 せんべい エネルギー 236 kcal たんぱく質 8.7 g 脂質 9.9 g 食塩相当量 1.3 g	牛乳 せんべい エネルギー 320 kcal たんぱく質 15.6 g 脂質 15.6 g 食塩相当量 1.5 g	ブルーチェ エネルギー 200 kcal たんぱく質 12.0 g 脂質 5.1 g 食塩相当量 1.2 g	麦茶 ごまだれだんご エネルギー 400 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 15.5 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 310 kcal たんぱく質 7.4 g 脂質 12.7 g 食塩相当量 1.2 g

8月21日 (月)	8月22日 (火)	8月23日 (水)	8月24日 (木)	8月25日 (金)	8月26日 (土)
#フルーツ 牛丼 キャベツの梅和え かぼちゃ汁 ヤクルト *ごはん	#野菜スティック 魚のピカタ ひじきドレッシング サラダ 中華スープ フルーツ *ごはん	#牛乳・お菓子 肉じゃが なすのなべやき 小女子佃煮 フルーツ *ごはん	#野菜スティック サンマのから揚げ トマトソース ほうれん草の 庄内麩和え 若布スープ フルーツ *ごはん	#フルーツ 【ごはん いりません】 おにぎり(塩) 鶏のから揚げ きゅうりの華風漬け そうめん汁 フルーツ *ごはん	#ヤクルト コーンクリームフライ ポテトサラダ 牛乳 フルーツ *ごはん
牛乳 ポテトフライ エネルギー 363 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 14.1 g 食塩相当量 2.0 g	牛乳 ピザトースト エネルギー 382 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 18.0 g 食塩相当量 1.8 g	ヨーグルト エネルギー 325 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 6.3 g 食塩相当量 1.8 g	牛乳 スイートポテト エネルギー 400 kcal たんぱく質 14.4 g 脂質 22.0 g 食塩相当量 1.5 g	麦茶 枝豆 エネルギー 470 kcal たんぱく質 16.7 g 脂質 12.8 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 224 kcal たんぱく質 7.0 g 脂質 6.5 g 食塩相当量 0.5 g

8月28日 (月)	8月29日 (火)	8月30日 (水)	8月31日 (木)
#牛乳・お菓子 豆腐のトマト煮 じゃが芋とうす揚げの きんぴら だし納豆 ヤクルト *ごはん	#野菜スティック サンマのかば焼き おひたし 豆腐と若布のみそ汁 フルーツ *ごはん	#フルーツ 麻婆カレー ちりめんサラダ ポパイスープ フルーツ *ごはん	#野菜スティック 松風焼 シルバーサラダ キャベツとうす揚げの みそ汁 フルーツ *ごはん
フルーツヨーグルト エネルギー 330 kcal たんぱく質 14.2 g 脂質 12.8 g 食塩相当量 1.7 g	牛乳 ロールケーキ エネルギー 391 kcal たんぱく質 15.2 g 脂質 21.9 g 食塩相当量 1.6 g	牛乳 カップケーキ エネルギー 379 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 17.8 g 食塩相当量 2.0 g	牛乳 せんべい エネルギー 363 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 17.8 g 食塩相当量 1.6 g



(予定献立は都合により変更になる事もあります。)