

献立表

	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 7月26日	
昼	ごはん すまし汁 鰯の梅味噌焼き かぶの煮物 黄桃缶 オクラの和え物	ごはん 味噌汁 鶏肉のトマトクリーム煮 ツナサラダ マンゴー缶 厚焼玉子	ごはん すまし汁 赤魚の和風ねぎソースかけ さつま芋サラダ フルーツカクテル 香の物	ごはん 中華スープ 回鍋肉 茄子の煮浸し りんご缶 春雨サラダ	ごはん すまし汁 石狩鍋風 ブロッコリーとコーンのサラダ メロンムース	米飯150g コンソメスープ ビーフストロガノフ風 白菜とレーズンのサラダ パイン缶 ラタトゥユ	
	エネルギー 510kcal 蛋白質 19.3g 脂質 11.4g 食塩 2.7g	エネルギー 580kcal 蛋白質 21.2g 脂質 16.5g 食塩 3.3g	エネルギー 528kcal 蛋白質 17.9g 脂質 9.6g 食塩 3.7g	エネルギー 646kcal 蛋白質 19.6g 脂質 20.4g 食塩 3.6g	エネルギー 510kcal 蛋白質 23.3g 脂質 10.6g 食塩 2.6g	エネルギー 590kcal 蛋白質 17.7g 脂質 14.4g 食塩 3.1g	
3時	カステラ	抹茶饅頭	紅茶ゼリー	オレンジケーキ	海老せんべい	今川焼き	
	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.3g 食塩 0.0g	エネルギー 75kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 91kcal 蛋白質 1.8g 脂質 3.0g 食塩 0.1g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.3g 食塩 0.4g	エネルギー 68kcal 蛋白質 2.4g 脂質 0.4g 食塩 0.1g	
日計	エネルギー 608kcal 蛋白質 20.8g 脂質 14.7g 食塩 2.7g	エネルギー 655kcal 蛋白質 22.7g 脂質 16.7g 食塩 3.3g	エネルギー 586kcal 蛋白質 18.1g 脂質 11.0g 食塩 3.7g	エネルギー 737kcal 蛋白質 21.4g 脂質 23.4g 食塩 3.7g	エネルギー 568kcal 蛋白質 24.2g 脂質 10.9g 食塩 3.0g	エネルギー 658kcal 蛋白質 20.1g 脂質 14.8g 食塩 3.2g	

献立変更する場合があります。ご了承ください