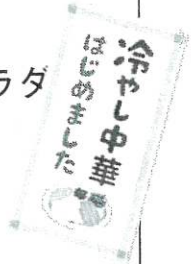


献立表

	月 7月28日	火 7月29日	水 7月30日	木 7月31日	金 8月1日	土 8月2日	
昼	ごはん 味噌汁 バジルチキン オクラのしその実和え フルーツカクテル ひじき入り蓮根金平	ごはん 味噌汁 鮭のうま辛ポン酢だれ 南瓜の煮物 パイン缶 ほうれん草白和え	ごはん コンソメスープ 鶏肉のマスタード焼き エビとトマトのソテー みかん缶 スパゲッティサラダ	うなぎ散らし寿司 すまし汁 ほうれん草お浸し いちごプリン 	ごはん すまし汁 鶏肉とキャベツのガリバタ炒め もやしサラダ マンゴー缶 さつま芋甘露煮	冷やし中華 蒸し餃子 アスパラサラダ 洋梨缶 	
	エネルギー 463kcal 蛋白質 21.0g 脂質 6.4g 食塩 3.2g	エネルギー 524kcal 蛋白質 25.1g 脂質 6.7g 食塩 3.0g	エネルギー 554kcal 蛋白質 18.9g 脂質 17.4g 食塩 3.5g	エネルギー 539kcal 蛋白質 18.1g 脂質 10.6g 食塩 3.6g	エネルギー 540kcal 蛋白質 17.3g 脂質 13.4g 食塩 2.1g	エネルギー 551kcal 蛋白質 20.6g 脂質 11.7g 食塩 2.0g	
3時	杏仁豆腐	レーズンクリームサンド	黒糖饅頭	サラダせんべい	バームクーヘン	バニラバロア	
	エネルギー 56kcal 蛋白質 1.1g 脂質 1.1g 食塩 0.0g	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.2g 脂質 4.2g 食塩 0.0g	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.3g	エネルギー 114kcal 蛋白質 1.5g 脂質 4.8g 食塩 0.2g	エネルギー 112kcal 蛋白質 1.8g 脂質 3.7g 食塩 0.1g	
日計	エネルギー 519kcal 蛋白質 22.1g 脂質 7.5g 食塩 3.2g	エネルギー 622kcal 蛋白質 26.3g 脂質 10.9g 食塩 3.0g	エネルギー 611kcal 蛋白質 20.0g 脂質 17.5g 食塩 3.5g	エネルギー 609kcal 蛋白質 18.7g 脂質 13.2g 食塩 3.9g	エネルギー 654kcal 蛋白質 18.8g 脂質 18.2g 食塩 2.3g	エネルギー 663kcal 蛋白質 22.4g 脂質 15.4g 食塩 2.1g	

献立変更する場合があります。ご了承ください

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ ぎょうざ
- ・ アスパラサラダ
- ・ トマトの和え物
- ・ 洋梨缶