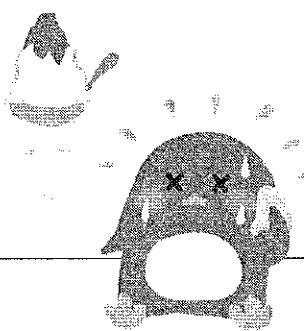


献立表

	月 7月13日	火 7月14日	水 7月15日	木 7月16日	金 7月17日	土 7月18日	
昼	米飯150 g 味噌汁 豚肉とゴボウの醤油バター炒め マカロニサラダ パイン缶 野菜ビーフン	米飯150 g すまし汁 カレイの胡麻焼き 玉葱の炒め物 黄桃缶 香の物	米飯150 g すまし汁 鶏肉の梅みぞれ煮 ひじきサラダ 洋梨缶 豆乳まる揚げ	ツナトマトうどん しゅうまい フルーツカクテル 	米飯150 g すまし汁 白身魚フライ ジャーマンポテト マンゴー缶 ブロッコリーサラダ	米飯150 g すまし汁 ゴーヤチャンプルー キャベツのドレ和え みかん缶 ナポリタン	
	エネルギー 574kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 15.3 g 食塩 3.0 g	エネルギー 470kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 7.5 g 食塩 3.6 g	エネルギー 612kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 21.3 g 食塩 3.6 g	エネルギー 473kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 12.7 g 食塩 2.7 g	エネルギー 516kcal 蛋白質 14.6 g 脂質 7.9 g 食塩 2.6 g	エネルギー 597kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 19.2 g 食塩 2.5 g	
3時	饅頭 エネルギー 94kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 0.6 g 食塩 0.1 g	紅茶ゼリー エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 1.4 g 食塩 0.0 g	ドーナツ エネルギー 109kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 6.4 g 食塩 0.1 g	雪の宿 エネルギー 69kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 2.3 g 食塩 0.2 g	チョコババロア エネルギー 69kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 2.9 g 食塩 0.0 g	羊羹しぐれ エネルギー 70kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 1.7 g 食塩 0.0 g	
日計	エネルギー 668kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 15.9 g 食塩 3.1 g	エネルギー 527kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 8.9 g 食塩 3.6 g	エネルギー 721kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 27.7 g 食塩 3.7 g	エネルギー 542kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 15.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 585kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 10.8 g 食塩 2.6 g	エネルギー 667kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 20.9 g 食塩 2.5 g	

〈めん禁〉

- ・ごはん
- ・すまし汁
- ・しゅうまい
- ・トマトサラダ
- ・佃煮
- ・フルーツカクテル

献立変更する場合があります。ご了承ください