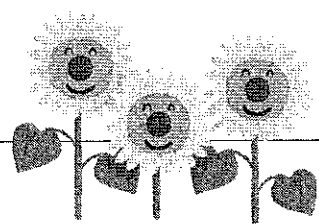


献立表

土用丑の日は7/26(日)です!

	月	火	水	木	金	土	
	7月20日	7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	
昼	米飯150 g すまし汁 鯖の梅味噌焼き かぶの煮物 黄桃缶 ほうれん草白和え	米飯150 g すまし汁 ロールキャベツ さつま芋サラダ フルーツカクテル 茄子のトマト煮	米飯150 g すまし汁 赤魚の和風ねぎソースかけ ブロッコリーサラダ みかん缶 金平ごぼう	米飯150 g 味噌汁 鶏肉のトマトクリーム煮 大根サラダ マンゴー缶 ひじきと蓮根の煮物	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	冷やし中華 蒸し餃子 洋梨缶	
	エネルギー 530kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 12.0 g 食塩 3.1 g	エネルギー 498kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 8.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 498kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 9.8 g 食塩 3.2 g	エネルギー 550kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 14.9 g 食塩 3.0 g	エネルギー 534kcal 蛋白質 17.0 g 脂質 11.9 g 食塩 2.8 g	エネルギー 439kcal 蛋白質 16.0 g 脂質 7.9 g 食塩 3.2 g	
3時	あんずケーキ	黒糖ミルクサンド	芋ようかん キブリ	紅茶ゼリー	ぽたぽた焼き	ヨーグルトババロア	
	エネルギー 142kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 8.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 90kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 2.8 g 食塩 0.1 g	エネルギー 68kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 0.5 g 食塩 0.0 g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 1.4 g 食塩 0.0 g	エネルギー 65kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 1.5 g 食塩 0.3 g	エネルギー 68kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 2.7 g 食塩 0.0 g	
日計	エネルギー 672kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 20.1 g 食塩 3.1 g	エネルギー 588kcal 蛋白質 11.3 g 脂質 10.9 g 食塩 2.5 g	エネルギー 566kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 10.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー 608kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 16.3 g 食塩 3.0 g	エネルギー 599kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 13.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー 507kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 10.6 g 食塩 3.2 g	

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
 - ・ 野菜サラダ
 - ・ ねり梅
 - ・ みかん缶