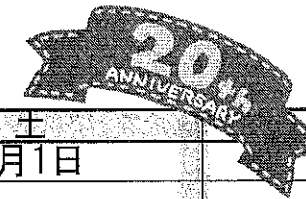


献立表



	月 7月27日	火 7月28日	水 7月29日	木 7月30日	金 7月31日	土 8月1日
昼	ごはん 中華スープ 回鍋肉 茄子の煮浸し りんご缶 春雨の炒め物	ごはん 味噌汁 ホキのうま辛ポン酢だれ 南瓜の煮物 パイン缶 オクラのおかか和え	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 ナポリタン	ごはん コンソメスープ 鮭のマスタード焼き トマトのソテー 洋梨缶 スパゲッティサラダ	焼きそば スープ 胡瓜のたくあん和え ぶどうムース	赤飯 すまし汁 カレイの西京焼き ブロッコリーサラダ みかん缶
	エネルギー 584kcal 蛋白質 19.7g 脂質 14.7g 食塩 3.5g	エネルギー 525kcal 蛋白質 19.6g 脂質 10.0g 食塩 3.0g	エネルギー 551kcal 蛋白質 19.3g 脂質 13.6g 食塩 2.8g	エネルギー 550kcal 蛋白質 20.7g 脂質 14.6g 食塩 3.0g	エネルギー 454kcal 蛋白質 15.1g 脂質 13.3g 食塩 3.0g	エネルギー 477kcal 蛋白質 22.7g 脂質 9.5g 食塩 3.3g
3時	コーヒージェリー	うぐいす饅頭	バームクーヘン	抹茶ババロア	サラダせんべい	ケーキ
	エネルギー 96kcal 蛋白質 0.4g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 84kcal 蛋白質 2.3g 脂質 1.5g 食塩 0.0g	エネルギー 114kcal 蛋白質 1.5g 脂質 4.8g 食塩 0.2g	エネルギー 68kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.8g 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 105kcal 蛋白質 1.1g 脂質 7.4g 食塩 0.0g
日計	エネルギー 680kcal 蛋白質 20.1g 脂質 16.1g 食塩 3.5g	エネルギー 609kcal 蛋白質 21.9g 脂質 11.5g 食塩 3.0g	エネルギー 665kcal 蛋白質 20.8g 脂質 18.4g 食塩 3.0g	エネルギー 618kcal 蛋白質 21.8g 脂質 17.4g 食塩 3.0g	エネルギー 524kcal 蛋白質 15.7g 脂質 15.9g 食塩 3.3g	エネルギー 582kcal 蛋白質 23.8g 脂質 16.9g 食塩 3.3g

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
- ・ スープ
- ・ 肉野菜炒め
- ・ 胡瓜のたくあん和え
- ・ たいみそ
- ・ ぶどうムース