

	9/1(月)	9/2(火)	9/3(水)	9/4(木)	9/5(金)
あ	ごはん みそ汁(なす 白玉麴) いり豆腐 キャベツのドレッシング和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(豆腐 山東菜) さんま缶 いんげんの炒め煮 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(冬瓜 青ねぎ) 卵とじ 白菜のゆかり和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(かぶ 貝割) さわらの西京焼き チンゲン菜の二色和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ 麴) しらす入玉子蒸し ほうれん草のごま和え ふりかけ 牛乳
さ	ごはん 友禅卵あなかけ トマトサラダ フルーツポンチ 	ごはん 蒸し鶏野菜ソースかけ チンゲン菜のマヨネーズ和え フルーツ(パイン)	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん 冷やしどん ほっけの蒸し魚 炒り煮 フルーツ 炒り煮 (マンゴー) (マンゴー)	ごはん 麻婆豆腐 カリフラワーの茹サラダ フルーツゼリー	ごはん あじのムニエル オクラとカニかまの和え物 フルーツ(バナナ)
る	ごはん みそ汁(玉ねぎ 人参) ムニエル れんこん炒め レモン醤油和え	ごはん かき玉汁 豆腐田楽 春雨炒め ほうれん草のわさび和え	ごはん みそ汁(キャベツ 麴) ミートローフ 揚げなす生姜しょうゆ 大根サラダ	ごはん そうめん汁 豚もも生姜焼き 野菜炒め 甘酢和え	ごはん なめこ汁 とり肉照焼き ポテトサラダ 白菜のからし和え
成分値	エネルギー 1810kcal たんぱく質 73.7g 脂質 41.9g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1799kcal たんぱく質 72.5g 脂質 50g 食塩相当量 7g	エネルギー 1792kcal エネルギー 1783kcal たんぱく質 73.6g たんぱく質 68.7g 脂質 43.4g 脂質 48.4g 食塩相当量 6.6g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1827kcal たんぱく質 74.6g 脂質 52.3g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1833kcal たんぱく質 70.3g 脂質 50.3g 食塩相当量 7.2g
	9/6(土)	9/7(日)	9/8(月)	9/9(火)	9/10(水)
あ	ごはん みそ汁(冬瓜 糸みつば) 温泉卵 なす炒り煮 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(白菜 人参) カニ豆腐 ほうれん草柚子香和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ 高野豆腐) オムレツ ブロッコリーしらす和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(山東菜 麴) 冷奴 いんげんの炒め煮 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(キャベツ 人参) はんぺん蒸し煮 小松菜のごま和え 味付のり 牛乳
さ	ごはん ほきの洋風ソースかけ キャベツのかか和え フルーツヨーグルト	ごはん 親子煮 アスパラのわさび醤油和え フルーツ(ぶどう)	ごはん とり肉おろし煮 ボイルサラダ フルーツ(マンゴー)	ごはん さわら生姜煮 ビーフン炒め煮 フルーツ(バナナ)	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん 冷やし中華 酢豚風 白菜の炒め物 白菜の炒め物 白菜の炒め物 フルーツ フルーツ ゼリー ゼリー
る	ごはん みそ汁(山東菜 切麴) カレー風味焼き 甘煮 小松菜のナムル	ごはん ワンタン汁 さばみそ煮 ピーマン甘辛煮 茹サラダ	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) ぶりの照焼 きんぴらごぼう 甘酢和え 	ごはん 清汁(大根 糸みつば) とり肉ピザ風 里芋の煮物 カリフラワーピクルス風	ごはん みそ汁(じゃが芋 麴) カレイのねぎ風味焼き ぜんまいの煮物 マカロニサラダ
成分値	エネルギー 1820kcal たんぱく質 74.5g 脂質 44.8g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1825kcal たんぱく質 70.2g 脂質 49.2g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1844kcal たんぱく質 75.9g 脂質 48.4g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1821kcal たんぱく質 83.1g 脂質 44g 食塩相当量 7g	エネルギー 1831kcal エネルギー 1746kcal たんぱく質 70.4g たんぱく質 70g 脂質 47.7g 脂質 44.8g 食塩相当量 6.8g 食塩相当量 7.4g

※都合により献立内容を変更することがございます。
 ※選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに
 別途所定の額をご負担いただきますのでご了承ください。

栄養管理科