

	9/11(木)	9/12(金)	9/13(土)	9/14(日)	9/15(月)
あ	ごはん みそ汁(冬瓜 青ねぎ) 温泉卵 野菜の八宝菜風 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(大根 麴) 豆腐の野菜あんかけ チンゲン菜の浸し和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) 卵とじ 山東菜のかか和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ 白玉麴) オムレツ ほうれん草の和え物 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(大根 切麴) 冷奴 いんげんのごま和え ふりかけ 牛乳
さひ	ごはん 豚ももみそ焼 アスパラのマヨ和え フルーツヨーグルト	カレーライス 薬味 サラダ フルーツ(梨)	ごはん たらのクリーム煮 小松菜のナムル フルーツ(パイン)	中華丼 サラダ フルーツゼリー	ごはん ぶりの照焼 野菜炒め まんじゅう
るよ	ごはん みそ汁(小松菜 切麴) 鮭のムニエル マロニー甘辛煮 もずく酢	ごはん なめこ汁 ホッケの焼魚 里芋そぼろ煮 かぶの柚香和え	ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) から揚げ 甘煮 おろし和え	ごはん かき玉汁 さば塩焼き じゃが芋のきんぴら 蒸しなす生姜醤油かけ	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) マヨネーズ蒸し ピーマン甘辛煮 アスパラのツナ和え
成分値	エネルギー 1811kcal たんぱく質 75.7g 脂質 44.6g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1818kcal たんぱく質 71.5g 脂質 40.9g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1794kcal たんぱく質 74.6g 脂質 38.8g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1767kcal たんぱく質 67g 脂質 43.8g 食塩相当量 7.4g	エネルギー 1825kcal たんぱく質 80.8g 脂質 49.6g 食塩相当量 6.6g
	9/16(火)	9/17(水)	9/18(木)	9/19(金)	9/20(土)
あ	ごはん みそ汁(かぶ キヌサヤ) 目玉焼き チンゲン菜の和え物 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(白菜 麴) はんぺん蒸し煮 冬瓜の煮物 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(いんげん かぶ) 卵豆腐 ビーフン炒め煮 ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(冬瓜 麴) さんま缶 小松菜の炒め煮 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(かぶ 青ねぎ) だし巻卵 チンゲン菜の浸し和え ふりかけ 牛乳
さひ	ごはん ハンバーグ ブロッコリーサラダ フルーツ(パイン) 	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん 豚丼 親子煮(乳和食) サラダ(温野菜) サラダ(温野菜) フルーツ(バナナ) フルーツ(バナナ)		ごはん 麻婆豆腐 キャベツの甘酢和え フルーツゼリー	ごはん あじのパン粉焼き 白菜のボイルサラダ フルーツポンチ 
るよ	ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) 蒸し魚野菜ソースかけ かぼちゃの含煮 めかぶとろろ	ごはん かしわ汁 ほきのチリソース 里芋の煮物 小松菜のナムル	雑穀ごはん みそ汁(豆腐 わかめ) 豚肉おろし焼き こんにゃくピリカラ煮 レモン醤油和え	ごはん みそ汁(山東菜 切麴) 豚もも生姜焼き 筍の土佐煮 いんげんツナマヨ和え	ごはん みそ汁(じゃがいも 玉ねぎ) 鶏肉の香味蒸し カリフラワーマヨネーズ和え なす炒り煮
成分値	エネルギー 1825kcal たんぱく質 70.3g 脂質 45.9g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1807kcal たんぱく質 74.4g 脂質 42.5g 食塩相当量 7g	エネルギー 1794kcal たんぱく質 70.7g 脂質 41.2g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1786kcal たんぱく質 74.7g 脂質 40.5g 食塩相当量 7g	エネルギー 1824kcal たんぱく質 78.2g 脂質 45.6g 食塩相当量 6.2g
成分値	エネルギー 1837kcal たんぱく質 71.3g 脂質 50.1g 食塩相当量 7.3g				

※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