

	7/1(火)	7/2(水)	7/3(木)	7/4(金)	7/5(土)
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 たいみそ 牛乳
さひ	ごはん 友禅卵あんかけ 白菜の和え物 フルーツポンチ 	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん 蒸し鶏野菜ソースかけ じゃが芋のきんぴら フルーツ(パイナップル)	ごはん ハンバーグ 大根サラダ フルーツゼリー	ごはん 麻婆豆腐 カリフラワーの茹サラダ フルーツ(マンゴー)	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)
るよ	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マヨ和え	ごはん みそ汁(キャベツ 麴) かれのの照り煮 炒り煮 揚げなす生姜しょうゆ	ごはん モロヘイヤうどん汁 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 1817kcal たんぱく質 72.4g 脂質 43g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1818kcal たんぱく質 72.6g 脂質 48.9g 食塩相当量 6.4g	エネルギー 1839kcal たんぱく質 70.2g 脂質 47.1g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1828kcal たんぱく質 74.7g 脂質 52.4g 食塩相当量 7g	エネルギー 1843kcal たんぱく質 69.9g 脂質 50.1g 食塩相当量 6.8g
	7/6(日)	7/7(月)	7/8(火)	7/9(水)	7/10(木)
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
さひ	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	まぜ寿司 大根の炒め煮 セタデザート 	ごはん とり肉おろし煮 ボイルサラダ フルーツ(マンゴー)	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん さわら生姜煮 ビーフン炒め煮 フルーツ(バナナ)	ごはん 酢豚 白菜のツナ和え フルーツゼリー
るよ	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 親子煮(乳和食) 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) かれののねぎ風味焼き 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 1807kcal たんぱく質 70.4g 脂質 44.8g 食塩相当量 7.3g	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 1869kcal たんぱく質 81.9g 脂質 46.4g 食塩相当量 7.1g

※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