



献立カレンダー後半



	月	火	水	木	金	土	日	
	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	
おひるごはん	ご飯 白糸タラの甘酢あんかけ フロッコリーと鶏肉の中華炒め みぞ汁 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 288/14.1/6.7/41.4/0.8	じゃこご飯 ツナコロケ 春雨サラダ みぞ汁 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 375/11.1/10.3/58.0/0.8	葉分強化!ふいかけご飯 カラスケイの和風ステーキ 小松菜と鶏肉のバターソテー みぞ汁 フルーツ(おかん缶) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 269/13.2/5.7/39.3/0.8	ご飯 夏野菜のシチュー キャベツと大根のサラダ ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 295/8.0/7.7/46.9/0.7	ひまわりライス なすと玉ねぎのツナ炒め じゃが芋の含め煮 フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 290/8.8/6.5/47.7/0.4	ご飯 秋鮭のおと焼き 豚肉と大豆の煮物 すまし汁 フルーツ(パン缶) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 310/15.7/7.6/42.6/1.0	ご飯 豆腐とエビのうま煮 鶏しバーのかいん焼き みぞ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 310/15.2/7.7/43.8/1.2	
おひるごはん	ご飯 助宗タラの豆乳クリームソース 鶏肉と切干大根の煮物 スープ フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 294/12.2/6.4/46.1/0.7	夏野菜カレー トマトのごまサラダ フルーツ(洋梨缶) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 297/7.2/7.4/49.3/0.7	ご飯 白糸タラの甘酢炒め 大根のなほろ煮 みぞ汁 フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 279/10.9/5.4/45.4/0.8	ソース焼きうどん かぼちゃとツナの煮物 すまし汁 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 265/12.8/7.3/37.0/2.0	豚肉の甘辛丼 小松菜と人参のじゃこ和え みぞ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 258/12.1/5.6/37.3/0.8	葉分強化!ふいかけご飯 秋鮭のムニエル キャベツと人参のサラダ すまし汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.5/6.8/40.3/0.6	ご飯 千キンの和風ソテー 大根ときゅうりのサラダ みぞ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/8.9/7.8/37.2/0.8	
おひるごはん	ご飯 白糸タラの甘酢あんかけ フロッコリーと鶏肉の中華炒め みぞ汁 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 288/14.1/6.7/41.4/0.8	納豆ごはん ツナコロケ 春雨サラダ みぞ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 387/11.4/11.3/58.8/0.8	葉分強化!ふいかけご飯 カラスケイの和風ステーキ 小松菜と鶏肉のバターソテー みぞ汁 フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 266/13.2/5.7/38.9/0.8	アサガオとヒマワリが 元気に咲いていますね! タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	アサガオとヒマワリが 元気に咲いていますね! タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	アサガオとヒマワリが 元気に咲いていますね! タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	アサガオとヒマワリが 元気に咲いていますね! タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	

※都合により、献立を変更する場合がございます。