

2023年 8月 月間献立表(昼食)

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	ご飯 清汁 ブリの味噌マヨ焼 ナムル ピーチゼリー エネルギー660kcal たんぱく質25.2g 脂質22.8g 食塩相当量2.2g	とうもろこしご飯 豚汁 イカ焼き風 フライドポテト カルピスゼリー エネルギー675kcal たんぱく質22.2g 脂質14.2g 食塩相当量3.7g	ソース焼きそば ミックスベジと白菜のスープ チキンナゲット きゅうりと大根のサラダ チョコバナナ 日中一時	冷やし中華 じゃがバター りんご飴風和菓子 野菜ジュース Aグループ	炒飯 かぼちゃの冷製スープ 焼きとうもろこし フルーツポンチ 短期入所	ご飯 味噌汁 ブルコギ風炒め さつま芋サラダ ブチシュー エネルギー714kcal たんぱく質18.7g 脂質26.8g 食塩相当量2.4g
7	8	9	10	11	12	13
お好み焼き 具沢山野菜スープ 唐揚げ・ポテト 富士山ゼリー Dグループ	夏野菜の冷製パスタ キャベツと人参のスープ かぼちゃのハニーマヨ和え すいかゼリー Cグループ	ご飯 味噌汁 豚肉となすの味噌炒め ひじきの煮物 いちごババロア	ご飯 味噌汁 卵と海老のオイスター炒め 大根の金平 チーズケーキ	ご飯 中華スープ チンジャオロース 大根の韓国風サラダ マンゴープリン	ご飯 味噌汁 牛肉の甘辛炒め ブロッコリーのサラダ りんごゼリー	ご飯 ミックスベジとマカロニのスープ 八宝菜 タラモサラダ ブチシュー エネルギー714kcal たんぱく質18.7g 脂質26.8g 食塩相当量2.4g
エネルギー607kcal たんぱく質19.7g 脂質32.1g 食塩相当量3.8g	エネルギー664kcal たんぱく質19.6g 脂質24.1g 食塩相当量3.6g	エネルギー721kcal たんぱく質24.3g 脂質24.2g 食塩相当量2.7g	エネルギー725kcal たんぱく質24.0g 脂質27.9g 食塩相当量3.4g	エネルギー692kcal たんぱく質26.9g 脂質19.1g 食塩相当量2.9g	エネルギー693kcal たんぱく質21.5g 脂質24.9g 食塩相当量2.7g	エネルギー661kcal たんぱく質20.0g 脂質22.7g 食塩相当量2.2g
14	15	16	17	18	19	20
なす肉味噌うどん 京風しゅうまい バニラババロア ジョア	ご飯 清汁 豚肉のカポナータ ジャーマンポテト 杏仁豆腐いちごソース	ロールパン&いちごミックスジャム クリームシチュー ほたて風味サラダ マスカットゼリー 牛乳	かき揚げ丼 具沢山汁 ひじきサラダ フルーツポンチ	ご飯 清汁 ハンバーグマトソース じゃが芋のガーリック炒め レアチーズケーキ	ご飯 豚汁 揚げだし豆腐そぼろあんかけ ブロッコリーのサラダ みかんゼリー	ご飯 清汁 鶏チリ 鍋しぎ ミルクレープ エネルギー714kcal たんぱく質23.9g 脂質25.7g 食塩相当量2.7g
エネルギー671kcal たんぱく質28.7g 脂質19.2g 食塩相当量2.7g	エネルギー677kcal たんぱく質24.5g 脂質19.6g 食塩相当量2.7g	エネルギー723kcal たんぱく質27.8g 脂質32.1g 食塩相当量3.4g	エネルギー724kcal たんぱく質12.1g 脂質24.3g 食塩相当量1.2g	エネルギー667kcal たんぱく質21.6g 脂質20.7g 食塩相当量3.5g	エネルギー669kcal たんぱく質21.3g 脂質20.2g 食塩相当量1.8g	エネルギー714kcal たんぱく質23.9g 脂質25.7g 食塩相当量2.7g
21	22	23	24	25	26	27
ご飯 味噌汁 家常豆腐 大根と人参の昆布茶和え バナナ	ご飯 味噌汁 白身魚のムニエル マイルドポテトサラダ 白桃缶	ポークカレー イタリアンサラダ フルーツポンチ ジョア	ご飯 ハムと白菜のコンソメスープ 唐揚げ ブロッコリーのサラダ マスカットゼリー	菜飯 味噌汁 魚のパン粉焼き カラフルサラダ あんみつ	ご飯 味噌汁 ハンバーグ玉葱ソース コールスローサラダ グレープムース	ご飯 味噌汁 サバの竜田揚げ ほうれん草のしらす和え フルーツ杏仁 エネルギー696kcal たんぱく質27.2g 脂質22.2g 食塩相当量3.0g
エネルギー696kcal たんぱく質29.3g 脂質20.9g 食塩相当量3.5g	エネルギー690kcal たんぱく質21.2g 脂質23.6g 食塩相当量2.2g	エネルギー728kcal たんぱく質22.2g 脂質21.1g 食塩相当量2.3g	エネルギー703kcal たんぱく質26.6g 脂質24.4g 食塩相当量3.0g	エネルギー592kcal たんぱく質24.4g 脂質8.9g 食塩相当量3.2g	エネルギー714kcal たんぱく質20.2g 脂質21.3g 食塩相当量3.4g	エネルギー696kcal たんぱく質27.2g 脂質22.2g 食塩相当量3.0g
28	29	30	31			
ロールパン&チョコクリーム 肉団子のトマト煮 大根サラダ いちごババロア 牛乳	タンメン かに風味焼売 白菜の浅漬け マンゴープリン	ご飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き スパゲティーサラダ ブチシュー	ご飯 茄子とコーンのスープ 豚の角煮 小松菜の煮浸し りんご缶	焼きそば 8月2日は夏祭りです。 8月2日から8日までは夏祭り 週間として、各グループからの リクエストを基に献立を立てました。 楽しみにしててくださいね		たこやき
エネルギー655kcal たんぱく質25.6g 脂質23.0g 食塩相当量3.7g	エネルギー688kcal たんぱく質20.4g 脂質29.1g 食塩相当量4.2g	エネルギー709kcal たんぱく質28.6g 脂質22.5g 食塩相当量3.3g	エネルギー707kcal たんぱく質19.6g 脂質29.4g 食塩相当量2.9g			

* 食材の都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。