



2024年 8月 月間献立表 (昼食)



月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			ご飯 中華スープ チンジャオロース 大根の韓国風サラダ みかんヨーグルト エネルギー651kcal たんぱく質26.9g 脂質16.9g 食塩相当量2.5g	ご飯 味噌汁 卵と海老のオイスター炒め 大根のきんぴら いちごゼリー エネルギー649kcal たんぱく質21.8g 脂質18.9g 食塩相当量3.3g	ご飯 ハムと白菜のスープ ブルコギ風炒め 棒棒鶏サラダ バナナ エネルギー686kcal たんぱく質22.3g 脂質25.1g 食塩相当量2.4g	ご飯 ジュリエンスープ タンダリーチキン キャベツサラダ ピーチゼリー エネルギー678kcal たんぱく質26.5g 脂質22.8g 食塩相当量2.5g
5	6	7	8	9	10	11
ご飯 清汁 白身魚のきのこあんかけ 菜の花とハムのソテー バナナババロア エネルギー653kcal たんぱく質28.2g 脂質18.3g 食塩相当量2.2g	ご飯 清汁 家常豆腐 レタスと蟹カマサラダ 青りんごゼリー エネルギー672kcal たんぱく質29.2g 脂質17.2g 食塩相当量3.4g	~夏祭り~ ガパオライス 野菜ジュース ジャガバター きゅうりと大根のサラダ ビール風ゼリー エネルギー676kcal たんぱく質19.4g 脂質15.7g 食塩相当量3.3g	ご飯 清汁 白身魚のカレー焼き タラモサラダ いちごババロア エネルギー701kcal たんぱく質21.9g 脂質22.4g 食塩相当量1.9g	ジャージャー麺 パプリカと菜の花のスープ かに焼売 杏仁豆腐 エネルギー697kcal たんぱく質30.3g 脂質26.4g 食塩相当量3.9g	ご飯 ミックスベジとおくらのスープ パサのイタリアン焼 イタリアンサラダ バナナババロア エネルギー696kcal たんぱく質30.0g 脂質18.1g 食塩相当量1.9g	ご飯 春菊とコーンの中華スープ 海老チリ玉子 白菜とハムのソテー ブチシュー エネルギー661kcal たんぱく質25.1g 脂質18.5g 食塩相当量3.5g
12	13	14	15	16	17	18
キーマカレー カラフルサラダ ジョア チョコレートババロア エネルギー671kcal たんぱく質20.5g 脂質18.5g 食塩相当量1.5g	素麺 かき揚げ ツナサラダ バナナ エネルギー697kcal たんぱく質18.7g 脂質17.4g 食塩相当量2.5g	ご飯 味噌汁 鯖の照焼 茄子の香味サラダ フルーツポンチ エネルギー713kcal たんぱく質22.5g 脂質25.2g 食塩相当量3.1g	バターロール&チョコクリーム ポトフ チーズとブロッコリーのサラダ ブチシュー 牛乳 エネルギー679kcal たんぱく質29.2g 脂質36.1g 食塩相当量2.9g	ご飯 味噌汁 唐揚げ ブロッコリーのサラダ りんごゼリー エネルギー711kcal たんぱく質26.6g 脂質23.9g 食塩相当量3.1g	ご飯 パプリカと白菜のスープ ハンバーグマトソース さつま芋サラダ 青りんごゼリー エネルギー684kcal たんぱく質17.8g 脂質12.6g 食塩相当量4.0g	炒飯 具沢山汁 メンチカツ 杏仁豆腐 エネルギー694kcal たんぱく質22.0g 脂質22.7g 食塩相当量2.5g
19	20	21	22	23	24	25
ご飯 味噌汁 白身魚のガーリックバタームニエル マカロニマヨサラダ みかんヨーグルト エネルギー662kcal たんぱく質26.1g 脂質16.7g 食塩相当量3.6g	たらこクリームパスタ 豆腐と玉葱のスープ じゃが芋のガーリック炒め バナナババロア エネルギー656kcal たんぱく質25.8g 脂質18.3g 食塩相当量3.0g	ご飯 味噌汁 豚肉のカレー炒め レタスと水菜のサラダ 杏仁豆腐 エネルギー684kcal たんぱく質24.5g 脂質22.4g 食塩相当量1.9g	ハヤシライス グリーンサラダ 野菜ジュース ブチシュー エネルギー698kcal たんぱく質15.5g 脂質26.4g 食塩相当量3.7g	ご飯 白菜と青梗菜のスープ 麻婆豆腐 菜の花とハムのソテー マンゴープリン エネルギー663kcal たんぱく質24.4g 脂質18.6g 食塩相当量3.3g	ご飯 味噌汁 パサのけんちんあん かぼちゃとブロッコリーのサラダ コーヒゼリー エネルギー649kcal たんぱく質24.8g 脂質17.9g 食塩相当量2.3g	ご飯 清汁 鶏チリ 棒棒鶏サラダ ミルクレープ エネルギー706kcal たんぱく質27.5g 脂質24.0g 食塩相当量2.8g
26	27	28	29	30	31	
ご飯 ワンタンスープ 麻婆茄子 鶏肉のもやし炒め ピーチゼリー エネルギー687kcal たんぱく質21.6g 脂質20.1g 食塩相当量3.3g	ご飯 味噌汁 鶏肉の葱塩焼 じゃが芋のガーリック炒め バナナ エネルギー699kcal たんぱく質29.2g 脂質21.6g 食塩相当量2.6g	バターロール&りんごジャム 肉団子のトマト煮 ホタテ風味サラダ いちごババロア 牛乳 エネルギー634kcal たんぱく質26.7g 脂質22.4g 食塩相当量3.8g	ご飯 清汁 唐揚げニンニク味噌味噌 カラフルサラダ みかんヨーグルト エネルギー704kcal たんぱく質25.9g 脂質23.2g 食塩相当量3.3g	ご飯 清汁 豚肉の生姜焼き マイルドポテトサラダ 青りんごゼリー エネルギー692kcal たんぱく質24.0g 脂質21.1g 食塩相当量2.1g	ご飯 茄子とコーンのスープ 豚の角煮 白菜と油揚げの煮浸し 黄桃缶 エネルギー729kcal たんぱく質20.4g 脂質31.1g 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。