

週間献立表

	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)
朝	ごはん(学) サバの味噌煮 人参しりしりー(学) 納豆 みそ汁(高野豆腐/わかめ)学 くだもの(キウイ)	ごはん(学) ししゃも塩焼き からし菜炒め(学) 納豆(学) そうめん汁 くだもの(バナナ)	ごはん(学) ポークたまご(学) 魚の紙つつみ焼き(学) 納豆(学) ほうれん草のしらす和え(学) すまし汁(もずく)	ホットドッグ(ツナポテトサラダ) 目玉焼き(学) サラダ(学) コーンスープ くだもの(バナナ) 牛乳	ごはん(学) ぶりの照り焼き(学) タマナーチャンプルー 納豆(学) きのこのみそ汁 くだもの(みかん)	ごはん(学) グルクンのネギソースかけ(学) 冬瓜のそぼろ煮 ゆで卵 納豆(学) みそ汁(へちま/ねぎ)	ごはん(学) 鮭の塩焼き(学) キムチ納豆(学) きのこソテー(学) 三色なます(学) 味噌汁(卵/ねぎ)
昼	三枚肉そば 野菜炒め(学) ゆで卵 三色なます(学) ぜんざい(学)	親子丼(学) もずくのかき揚げ(学) 中華いか和え(学) 赤だし汁(学) くだもの(キウイ)	オムライス(学) 蒸し鶏とフロコリーのサラダ(学) オニオンスープ(学) くだもの(りんご)	ごはん(学) きびなごのカレー揚げ(学) アスパラの豚肉巻(学) 千切イリチー(学) 中身汁(学) くだもの(スイカ)	ごはん(学) 高野豆腐入りハンバーグ(学) チンゲン菜とホタテの塩炒め ゴボウサラダ(学) アーサ汁(学) くだもの(りんご)	ごはん(学) 鶏の唐揚げ(学) (付)キャベツ 厚焼き卵(学) ひじきの五目煮 ジャーマンポテト 蒸しとうもろこし パインジュース	ごはん(学) 漬物 しょうが焼き ミートコロッケ(弁) ひじき卵焼き ピーマンソテー エビの旨塩炒め(弁) グレープジュース
夕	ごはん(学) ピーマンの肉詰め(学) チンゲン菜とホタテの塩炒め 明太ゴボウサラダ(学) みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学) くだもの(りんご)	ごはん(学) ぶりの照り焼き(学) もやしピリ辛炒め(学) 胡瓜とタコの酢の物(学) 冷ややっこ(学) 鶏汁(学) デザート(ももゼリー)	ごはん(学) 青椒肉絲(学) ハンバンシーサラダ(学) 小籠包(学) サンラータン(学) アイスクリーム	ごはん(学) ゆで豚の薬味ソースかけ(学) 揚げだし豆腐(学) ゴーヤーチャンプルー(学) 魚汁(学) くだもの(メロン)	ごはん(学) すき焼き(学) スコップコロッケ(学) 小松菜とちくわの辛し和え(学) 魚汁(学) あんこ団子(学)	ごはん(学) 揚げない油淋鶏(学) やみつき豆苗サラダ(学) 茶碗蒸し みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学) くだもの(GF)	ごはん(学) Wポークカレー イカリング(学) シーザーサラダ(学) ヨーグルト和え(学)
栄養成分	エネルギー 4575 kcal たんぱく質 223.3 g 脂質 144.4 g 食塩相当量 14 g	エネルギー 4429 kcal たんぱく質 227.7 g 脂質 111.3 g 食塩相当量 14.7 g	エネルギー 4427 kcal たんぱく質 231.5 g 脂質 134.1 g 食塩相当量 12.9 g	エネルギー 4423 kcal たんぱく質 224.7 g 脂質 126.9 g 食塩相当量 16.2 g	エネルギー 4503 kcal たんぱく質 229.5 g 脂質 120.7 g 食塩相当量 12 g	エネルギー 4491 kcal たんぱく質 228.2 g 脂質 132.1 g 食塩相当量 11.6 g	エネルギー 4494 kcal たんぱく質 223.5 g 脂質 123.6 g 食塩相当量 11.9 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。