

## 週間献立表

	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)	9月1日(日)
朝	ごはん(学) 魚の紙つつみ焼き(学) もやしニラ炒め(学) キムチ納豆(学) 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学 くだもの(バナナ)	ごはん(学) ししゃも塩焼き からし菜炒め(学) 山芋とシラスの梅肉和え(学) ゆし豆腐(学) くだもの(GF)	ごはん(学) ポークたまご(学) ほうれん草のしらす和え(学) 納豆(学) みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学) くだもの(バナナ)	ホットドッグ スパニッシュオムレツ ゴボウサラダ(学) ミネストローネスープ(学) くだもの(オレンジ) 牛乳	ごはん(学) 赤魚の煮付け(学) 冬瓜ンブシー(学) 納豆(学) かきたまうどん汁(学) くだもの(バナナ)	ごはん(学) 鮭のちゃんちゃん焼き風(学) フーチャンプルー(学) 無限ナス(学) あさりのすまし汁(学) くだもの(オレンジ)	ごはん(学) サバの塩焼き(学) ささみと胡瓜の梅和え(学) ゆで卵 そうめん汁(学) くだもの(バナナ)
昼	ちゃんぼん麺(学) アジフライ(学) やみつき豆苗サラダ(学) くだもの(ぶどう)	あじのかば焼き丼(学) 鶏の唐揚げ(学) サラダ(キャベツ・コーン) 赤だし汁(学) くだもの(スイカ)	とろろごはん(学) 鮭の塩焼き(学) トマトと豚肉のふわふわ卵炒め(学) 豆腐サラダ(学) お雑煮風すまし汁(学) くだもの(りんご)	ごはん(学) さばのカレー焼き(学) キャベツと厚揚げの炒め物(学) 胡瓜とタコの酢の物(学) 中身汁(学) くだもの(マスカット)	三色丼(学) クリームコロッケ(学) みょうがと鶏肉の和え物(学) 魚汁(学) くだもの(GF)	ごはん(学) 手作りミートボール(学) (付)スパゲッティ 厚焼き卵(学) ブロッコリーのカレー炒め(学) ピーマンの塩昆布和え(弁) オレンジジュース	ごはん(学) しょうが焼き (付)キャベツ イカフライ(冷)60g 焼きウィンナー きんぴらごぼう(弁) ジャガイモのチーズ炒め(弁) パインジュース
夕	ごはん(学) 甘辛スパアリブ(学) (付)マッシュポテト かんぴょうイリチー(学) 白菜和え物(学) 中華にゅうめん(学) くだもの(メロン)	おろしポン酢牛丼(学) 蒸ししゅうまい(学) 春雨サラダ(学) もずく入りキムチスープ(学) くだもの(パイ)	コーンご飯(学) ハヤシライス(学) ハンバンジーサラダ(学) くだもの(キウイ)	ごはん(学) ゆで豚の薬味ソースかけ(学) チャプチェ(学) もずくの酢の物(学) 沖縄そば汁(小) くだもの(マスカット)	ごはん(学) 鶏肉の南蛮漬(学) 豆腐ステーキの海鮮旨煮あんかけ 三色なます(学) サンラータン(学) くだもの(りんご)	チャーハン(学) 麻婆豆腐(学) きびなごのカレー揚げ(学) 胡瓜の酢の物(学) 鶏団子とチンゲン菜のとりみスープ フルーツポンチ(学)	五目寿し(学) ぶりの照り焼き(学) 菜の花の和え物(学) 茶碗蒸し(学) はまぐりのすまし汁(学) アイスクリーム
栄養成分	エネルギー 4494 kcal たんぱく質 224.5 g 脂質 131.9 g 食塩相当量 14 g	エネルギー 4347 kcal たんぱく質 224.9 g 脂質 116.5 g 食塩相当量 13.7 g	エネルギー 4497 kcal たんぱく質 225.7 g 脂質 130 g 食塩相当量 11.7 g	エネルギー 4509 kcal たんぱく質 225.7 g 脂質 143.2 g 食塩相当量 17.7 g	エネルギー 4499 kcal たんぱく質 227.3 g 脂質 115.2 g 食塩相当量 15.2 g	エネルギー 4476 kcal たんぱく質 224.7 g 脂質 126.4 g 食塩相当量 13.6 g	エネルギー 4519 kcal たんぱく質 226.6 g 脂質 134.2 g 食塩相当量 14.3 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。