



日曜日	8月3日 (月)					8月4日 (火)					8月5日 (水)					8月6日 (木)					8月7日 (金)					8月8日 (土)					8月9日 (日)								
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					和食					和食								
	ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯								
	照り焼きハンバーグ					厚揚げの柳川風					ミートオムレツ					鶏肉団子の甘酢あん					ホウレン草のスクランブルエッグ					ベーコンとウィンナー					鯖の塩焼き								
	大根の洋風きんぴら					青梗菜ともやしのナムル					ひじきと蒸し鶏のわさびマヨ和え					青梗菜と油揚げの炒め					塩コーンポテト					スパゲティサラダ					納豆								
	コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					グレープジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					グレープジュース								
味噌汁					味噌汁					味噌汁					味噌汁					味噌汁					味噌汁					味噌汁					味噌汁				
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl				
	584 kcal	16.4 g	12.2 g	103.5 g	2.9 g	639 kcal	20.1 g	13.4 g	111.3 g	4.6 g	580 kcal	16.5 g	11.3 g	104.4 g	2.5 g	645 kcal	14.7 g	12.0 g	118.8 g	2.5 g	642 kcal	20.2 g	16.5 g	104.1 g	2.0 g	613 kcal	14.4 g	16.6 g	103.1 g	2.7 g	661 kcal	23.4 g	19.6 g	101.1 g	2.6 g				
昼食	A					A					A					A					A					A					A								
	味噌ラーメン					親子丼					豚汁うどん					豚丼					チャーハンWITH豚の生姜焼き					ミックスフライ					鶏肉のソテ照焼ソース								
	B					B					B					B					B					B					B								
	アジの漬けやき					鶏肉のサラダ仕立て										とんかつ					ささみマヨかつ																		
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通								
	きんぴらごぼう					わかめのツナ炒め					白身魚フライ					大根の塩昆布和え					小松菜としらすのお浸し					切干大根の炒め煮					茄子のネギソース								
	青りんごゼリー					蒟蒻ぶどうゼリー					蒟蒻ピーチゼリー					グレープフルーツゼリー					蒟蒻オレンジゼリー					フルーチェ ピーチ					プリン								
	ご飯					ご飯					ゆかりご飯										ご飯					ご飯					ご飯								
すまし汁					味噌汁										味噌汁					わかめスープ					味噌汁					味噌汁									
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl				
A	780	23.4	9.0	148.3	10.1	697	29.5	14.1	115.5	3.5	877	22.1	11.4	173.3	6.4	714	22.7	15.7	122.7	4.3	605	15.7	15.8	102.4	6.2	910	35.3	31.9	119.5	2.0	901	26.9	39.7	107.2	3.8				
B	639	20.4	9.8	116.1	3.8	685	27.1	19.0	100.6	2.7	797	17.9	6.7	167.0	6.3	784	18.8	20.8	132.7	4.9	929	24.4	40.0	121.4	4.6														
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g				
夕食	豚挽肉と春雨のオイスターソース					豚の粗挽きペッパー焼き					油淋鶏（鶏唐揚げ香味ソース）					ポテト麻婆					チキンソテー					ポークチャップ					ハヤシライス								
	切干大根の青じそ和え					花野菜のコンソメ煮					白菜のおひたし					さつま揚げと人参のきんぴら					竹輪の和え物					和風スパゲッティー					ミックスサラダ								
	ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯					ご飯								
	味噌汁					味噌汁					味噌汁					スープ					味噌汁					味噌汁					スープ								
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl				
	753 kcal	16.5 g	20.5 g	129.1 g	4.8 g	654 kcal	25.3 g	18.0 g	101.1 g	2.9 g	810 kcal	30.4 g	27.4 g	108.7 g	5.2 g	710 kcal	21.7 g	10.9 g	134.1 g	5.8 g	816 kcal	35.1 g	27.1 g	106.5 g	4.2 g	744 kcal	27.3 g	17.9 g	119.4 g	3.5 g	633 kcal	12.9 g	18.5 g	106.2 g	4.9 g				

栄養価表示 E：エネルギー P：たんぱく質 F：脂質 C：炭水化物 Nacl：食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。



日曜日	8月10日 (月)					8月11日 (火)					8月12日 (水)					8月13日 (木)					8月14日 (金)					8月15日 (土)					8月16日 (日)				
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					和食					和食				
	ご飯					パン																													
	ウィンナー（2本） S小鉢）ひじきと切干大根のきんぴら																																		
	グレープジュース																																		
	味噌汁																																		
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
	564 kcal	14.2 g	10.9 g	102.5 g	1.9 g	92 kcal	0.4 g	0.0 g	22.6 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g
昼食	A					A					A					A					A					A					A				
	ミートソース　スパゲッティ					AB共通										AB共通					AB共通					AB共通					AB共通				
	B																																		
	クリームスパゲッティ																																		
	AB共通																																		
	野菜コロッケ 青りんごゼリー ご飯 スープ																																		
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	547	8.2	18.5	89.5	3.6	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
B	569	12.5	17.5	93.5	3.5	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	メキシカンタコスセット																																		
	コーヒーゼリー																																		
	ご飯																																		
	スープ																																		
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
	760 kcal	21.8 g	12.0 g	142.2 g	3.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0 kcal	0.0 g	0.0 g	0.0 g	0.0 g

栄養価表示 E：エネルギー P：たんぱく質 F：脂質 C：炭水化物 Nacl：食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。