

2024年8月1日(木) ~ 2024年8月31日(土)



1日(木)	2日(金)
白飯 鶏肉の西京焼き ブチ丸天煮 コーンオニオンソテー チンゲン菜のごま和え キャロットがんと煮付け	白飯 ハンバーグデミソースかけ 花形人参 キャベツのソテー 和風サラダ 信田巻き
エネルギー 343kcal 脂質 9.5g たんぱく質 11.5g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 304kcal 脂質 6.6g たんぱく質 9.2g 食塩相当量 1.3g

5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)
白飯 チキンカツ 枝豆のつまみあげ ほうれん草とにんじんのソテー 春雨サラダ(しそ風味) 白桃缶	白飯 星のコロッケ ポーク チャップ 皮なしウインナー ブロッコリーとわかめの人参ドレ和え おとうらがんと煮	白飯 あじの香草焼き 揚げギョーザ れんこんきんぴら チンゲン菜のさっぱりサラダ パイン缶	白飯 野菜かき揚げ カレーボール ビーフン炒め 小松菜と薄揚げの煮浸し サイコロ高野煮	白飯 枝豆シューマイ さつまいもの天ぷら マカロニケチャップソテー 大根とオクラのゆかり和え 黄桃缶
エネルギー 360kcal 脂質 10.0g たんぱく質 10.6g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 387kcal 脂質 12.0g たんぱく質 12.3g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 313kcal 脂質 6.7g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 348kcal 脂質 10.3g たんぱく質 8.6g 食塩相当量 0.8g	エネルギー 355kcal 脂質 8.4g たんぱく質 7.1g 食塩相当量 1.0g

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
	夏 季 休 園			白飯 れんこんの肉詰めフライ 人参さつま揚げ煮 焼きラーメン ブロッコリー 中華ドレ和え 昆布豆
				エネルギー 401kcal 脂質 9.6g たんぱく質 11.6g 食塩相当量 1.5g

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
白飯 三角春巻き 花しんじょう 三色ピーマンソテー チンゲン菜ときのこの旨煮 さつまいも甘露煮	白飯 イカリングフライ 蒸しシューマイ 切干大根のナポリタン風 小松菜サラダ ミニカットりんご	白飯 ミニハムカツ とうもろこしのつまみあげ 筑前煮 ほうれん草とえのきのお浸し サイコロ厚揚げ煮	白飯 豆腐ハンバーグ 切り目入り赤ウインナー マカロニのソテー ブロッコリー イタリアン ひじきの炒め煮	白飯 カレーコロッケ 鶏肉の八幡巻き 野菜炒め 若布と胡瓜の青じそサラダ みかん缶
エネルギー 346kcal 脂質 9.0g たんぱく質 6.5g 食塩相当量 0.9g	エネルギー 337kcal 脂質 8.2g たんぱく質 9.4g 食塩相当量 0.6g	エネルギー 354kcal 脂質 9.8g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 1.0g	エネルギー 370kcal 脂質 11.5g たんぱく質 9.0g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 324kcal 脂質 7.3g たんぱく質 7.0g 食塩相当量 1.2g

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
白飯 白身フライ 花形さつま煮 焼きそば ブロッコリー 柑橘ドレ和え パイン缶	枝豆ご飯 ハムステーキ 竹輪のいそべ揚げ 春雨の炒めもの ほうれん草のごま和え かぼちゃ煮付け	白飯 鶏肉のからあげ ブロッコリー スパゲティソテー 若布と麩の酢の物 金時豆	白飯 野菜コロッケ 木の葉型五目しんじょ 豚肉とごぼう煮 コールスローサラダ 白桃缶	白飯 ミートボールのケチャップ煮 ハーフカットコーン いんげんソテー 白菜のナムル風 ハッシュドポテト
エネルギー 357kcal 脂質 7.5g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 366kcal 脂質 13.0g たんぱく質 9.3g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 391kcal 脂質 10.2g たんぱく質 15.3g 食塩相当量 0.9g	エネルギー 354kcal 脂質 9.4g たんぱく質 9.3g 食塩相当量 0.6g	エネルギー 401kcal 脂質 12.8g たんぱく質 9.4g 食塩相当量 1.6g

※お魚に関しましては極力骨を取り除くようにしておりますが、稀に小骨が残っていることがあります。