

令和8年8月 花咲浜寺献立表

	8月2日(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)
朝食	メロンパン ツナサラダ コーヒー牛乳 みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 平天の旨煮 果物	チョコカスター 小松菜のじゃこ和え 牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 えび団子煮物 果物	りんごパン しろ菜とツナの炒め物 牛乳 洋梨缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 絹あげ煮 果物	茶粥 漬物 ちくわとかぶの煮物 果物
	エネルギー 501 タンパク 14.4 脂質 37.8 炭水化物 75.8 カルシウム 243 食塩相当量 1.6	エネルギー 263 タンパク 7.5 脂質 1.3 炭水化物 55.7 カルシウム 17 食塩相当量 1	エネルギー 468 タンパク 16.6 脂質 19.1 炭水化物 56.3 カルシウム 415 食塩相当量 1.1	エネルギー 334 タンパク 8.8 脂質 7.7 炭水化物 56.6 カルシウム 26 食塩相当量 1.5	エネルギー 462 タンパク 17.2 脂質 16.9 炭水化物 59.2 カルシウム 383 食塩相当量 1.5	エネルギー 280 タンパク 8.2 脂質 5.1 炭水化物 50.4 カルシウム 108 食塩相当量 1	エネルギー 278 タンパク 7.1 脂質 1.2 炭水化物 59.7 カルシウム 31 食塩相当量 1.7
昼食	御飯 鶏の唐揚げ 添え(キャベツ・トマト) ひじき煮 オクラの和え物 味噌汁	御飯 豚肉の塩麴炒め 焼き餃子 もやしのドレ和え 中華スープ	御飯 あじの南蛮漬け 白花豆煮 ほうれん草のゆず醤油和え 味噌汁	御飯 鶏肉のもろみ焼き 添え(白葱・オクラ) 里芋のそぼろ煮 アスパラのマヨ和え 清汁	すき煮風丼 さつまいも煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁	御飯 白身魚のパン粉焼き 添え(いんげん) きのこソテー フレンチサラダ コンソメスープ	御飯 肉味噌豆腐 金平ごぼう ほうれん草のお浸し 清汁
	エネルギー 642 タンパク 26.4 脂質 23.1 炭水化物 80.7 カルシウム 155 食塩相当量 3.1	エネルギー 644 タンパク 23.2 脂質 27 炭水化物 76.1 カルシウム 52 食塩相当量 2	エネルギー 597 タンパク 23 脂質 15.3 炭水化物 90.9 カルシウム 101 食塩相当量 3	エネルギー 713 タンパク 29.3 脂質 29.6 炭水化物 80.2 カルシウム 58 食塩相当量 3	エネルギー 531 タンパク 21.5 脂質 9.2 炭水化物 94 カルシウム 140 食塩相当量 2.8	エネルギー 587 タンパク 23 脂質 22.2 炭水化物 74.7 カルシウム 61 食塩相当量 2	エネルギー 651 タンパク 26.1 脂質 20 炭水化物 88.2 カルシウム 224 食塩相当量 2.8
夕食	御飯 かぼちゃグラタン アスパラソテー カリフラワーのドレ和え コンソメスープ	御飯 マーメレードチキン 添え(人参・ポテト) いんげんソテー しろ菜のマヨ和え コンソメスープ	御飯 五目卵銀あんかけ さつま芋とねぎの煮物 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁	御飯 赤魚の煮付け 添え(ししとう・揚げなす) れんこんの炒め物 チンゲン菜の和え物 味噌汁	御飯 鶏肉のトマト煮 イタリアンソテー 大根サラダ コーンスープ	御飯 酢豚 もやし炒め ビーフンの中華和え 中華スープ	御飯 焼き肉風炒め 冬瓜の水晶煮 きゅうりとイカの和え物 たまごスープ
	エネルギー 536 タンパク 17.3 脂質 13.7 炭水化物 88.5 カルシウム 88 食塩相当量 2.8	エネルギー 691 タンパク 25 脂質 30 炭水化物 81.8 カルシウム 128 食塩相当量 3.1	エネルギー 592 タンパク 19.7 脂質 17.9 炭水化物 88.6 カルシウム 132 食塩相当量 3.4	エネルギー 498 タンパク 20.2 脂質 11.1 炭水化物 78.2 カルシウム 104 食塩相当量 2.6	エネルギー 612 タンパク 21.5 脂質 20.2 炭水化物 84.8 カルシウム 106 食塩相当量 3.1	エネルギー 744 タンパク 23.1 脂質 34.4 炭水化物 83.7 カルシウム 67 食塩相当量 2.7	エネルギー 532 タンパク 26.1 脂質 14.7 炭水化物 73.8 カルシウム 95 食塩相当量 3.1
合計	エネルギー 1679 タンパク 58.1 脂質 74.6 炭水化物 245 カルシウム 486 食塩相当量 7.5	エネルギー 1598 タンパク 55.7 脂質 58.3 炭水化物 213.6 カルシウム 197 食塩相当量 6.1	エネルギー 1657 タンパク 59.3 脂質 52.3 炭水化物 235.8 カルシウム 648 食塩相当量 7.5	エネルギー 1545 タンパク 58.3 脂質 48.4 炭水化物 215 カルシウム 188 食塩相当量 7.1	エネルギー 1605 タンパク 60.2 脂質 46.3 炭水化物 238 カルシウム 629 食塩相当量 7.4	エネルギー 1611 タンパク 54.3 脂質 61.7 炭水化物 208.8 カルシウム 236 食塩相当量 5.7	エネルギー 1461 タンパク 59.3 脂質 35.9 炭水化物 221.7 カルシウム 350 食塩相当量 7.6

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和8年8月 花咲浜寺献立表

	8月9日(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)
朝食	黒糖ミルクパン かにかまサラダ コーヒーマル りんご缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 大根菜のツナ煮 果物	季節のジャムパン アスパラソテー 牛乳 ヨーグルト	白粥 漬物 小松菜の炒め煮 果物	カスタードクリームパン コンソメ煮 牛乳 みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 たまごとじ 果物	茶粥 漬物 ちくわと冬瓜の煮物 果物
	エネルギー 484 タンパク 13 脂質 38.8 炭水化物 71.1 カルシウム 419 食塩相当量 1.9	エネルギー 289 タンパク 8.2 脂質 5.4 炭水化物 52.9 カルシウム 117 食塩相当量 0.8	エネルギー 453 タンパク 14.2 脂質 14.6 炭水化物 64.7 カルシウム 312 食塩相当量 1.1	エネルギー 278 タンパク 5.7 脂質 4.3 炭水化物 54.2 カルシウム 99 食塩相当量 0.9	エネルギー 484 タンパク 15.2 脂質 17.6 炭水化物 64.9 カルシウム 322 食塩相当量 1.2	エネルギー 298 タンパク 10.1 脂質 5.8 炭水化物 50.8 カルシウム 36 食塩相当量 1.1	エネルギー 262 タンパク 6.4 脂質 1.1 炭水化物 57 カルシウム 22 食塩相当量 1.5
昼食	ごはん(小) とんこつラーメン 蒸しニラ饅頭 フルーツポンチ	【お誕生日会】 炊き込みごはん 天ぷら盛り合わせ 添え(天つゆ) 茶碗蒸し オクラの和え物 水ようかん	ポークカレーライス 漬物(福神漬) コールスローサラダ ババロア(ストロベリー)	御飯 ハンバーグ 添え(グラッセ) ズッキーニのソテー チーズサラダ コンソメスープ	御飯 鶏肉の塩麴焼 添え(オクラ) がんも煮 焼きなす 味噌汁	御飯 精進揚げ 添え(天つゆ) 煮合わせ ごま豆腐 赤だし	バターロール ナポリタンスパゲティ 蒸し鶏のサラダ コーンスープ
	エネルギー 586 タンパク 21.8 脂質 12.3 炭水化物 95.6 カルシウム 84 食塩相当量 4.9	エネルギー 681 タンパク 26.2 脂質 18.9 炭水化物 100.8 カルシウム 142 食塩相当量 3.6	エネルギー 711 タンパク 22.6 脂質 26.8 炭水化物 95.7 カルシウム 98 食塩相当量 3.1	エネルギー 626 タンパク 19.8 脂質 27.3 炭水化物 75.4 カルシウム 125 食塩相当量 2.7	エネルギー 612 タンパク 29.2 脂質 22.3 炭水化物 71.6 カルシウム 83 食塩相当量 2.7	エネルギー 576 タンパク 14.7 脂質 18.7 炭水化物 88.7 カルシウム 104 食塩相当量 2.7	エネルギー 676 タンパク 19.9 脂質 23.7 炭水化物 91.9 カルシウム 119 食塩相当量 3.5
夕食	御飯 さけのつけ焼き 添え(ししとう・おろし) じゃが芋煮 カリフラワーとハムのドレ和え 味噌汁	御飯 牛肉のトマト煮 マカロニソテー パンプキンサラダ コンソメスープ	御飯 カレーの野菜あんかけ れんこんのそぼろ炒め じゃこと大根の甘酢和え 清汁	御飯 海鮮たまご焼き 添え(つゆ) チンゲン菜の炒め物 ひじきのサラダ 味噌汁	御飯 大和煮 しろ菜の煮浸し ほうれん草の白和え 清汁	御飯 さわらのつけ焼き 添え(白ねぎ・人参) 切干大根炒め煮 カリフラワーのマヨ和え 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 添え(キャベツ・トマト) こんにゃくのピリ辛炒め しろ菜のお浸し 清汁
	エネルギー 523 タンパク 21.7 脂質 14.9 炭水化物 77.9 カルシウム 59 食塩相当量 2.8	エネルギー 638 タンパク 23 脂質 21.4 炭水化物 89.3 カルシウム 78 食塩相当量 2.8	エネルギー 445 タンパク 21.3 脂質 5.2 炭水化物 78 カルシウム 75 食塩相当量 2.2	エネルギー 617 タンパク 29 脂質 22.9 炭水化物 71.8 カルシウム 169 食塩相当量 3.5	エネルギー 519 タンパク 24.8 脂質 9.2 炭水化物 84.6 カルシウム 217 食塩相当量 3	エネルギー 620 タンパク 24.1 脂質 23.4 炭水化物 77.3 カルシウム 107 食塩相当量 2.7	エネルギー 636 タンパク 23.3 脂質 24.5 炭水化物 78.6 カルシウム 159 食塩相当量 2.5
合計	エネルギー 1593 タンパク 56.5 脂質 66 炭水化物 244.6 カルシウム 562 食塩相当量 9.6	エネルギー 1608 タンパク 57.4 脂質 45.7 炭水化物 243 カルシウム 337 食塩相当量 7.2	エネルギー 1609 タンパク 58.1 脂質 46.6 炭水化物 238.4 カルシウム 485 食塩相当量 6.4	エネルギー 1521 タンパク 54.5 脂質 54.5 炭水化物 201.4 カルシウム 393 食塩相当量 7.1	エネルギー 1615 タンパク 69.2 脂質 49.1 炭水化物 221.1 カルシウム 622 食塩相当量 6.9	エネルギー 1494 タンパク 48.9 脂質 47.9 炭水化物 216.8 カルシウム 247 食塩相当量 6.5	エネルギー 1574 タンパク 49.6 脂質 49.3 炭水化物 227.5 カルシウム 300 食塩相当量 7.5

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和8年8月 花咲浜寺献立表

	8月16日(日)	8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	8月22日(土)
朝食	はちみつパン イタリアンサラダ コーヒー牛乳  白桃缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 小松菜とエビの炒め物 果物 	黒糖ツイスト コーンサラダ 牛乳  ヨーグルト 	白粥 漬物 ちくわの甘辛炒め 果物	レーズンペストリー いんげんソテー 牛乳 黄桃缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 だし巻きたまご 果物 	茶粥 漬物 しろ菜と竹輪の炒め物 果物
	エネルギー 455 タンパク 11.9 脂質 36 炭水化物 71.7 カルシウム 246 食塩相当量 1.4	エネルギー 267 タンパク 7 脂質 3.8 炭水化物 51.7 カルシウム 101 食塩相当量 0.8	エネルギー 429 タンパク 13.7 脂質 19.3 炭水化物 49.1 カルシウム 318 食塩相当量 1.1	エネルギー 303 タンパク 6.3 脂質 4.1 炭水化物 60.5 カルシウム 27 食塩相当量 1	エネルギー 528 タンパク 16.6 脂質 17.1 炭水化物 77.3 カルシウム 353 食塩相当量 1.3	エネルギー 279 タンパク 10 脂質 6 炭水化物 46.4 カルシウム 32 食塩相当量 1.2	エネルギー 277 タンパク 6 脂質 4 炭水化物 54.6 カルシウム 75 食塩相当量 1.4
昼食	御飯 めばるの煮付け 添え(ふき・人参) 里芋煮 きゅうりの和え物 味噌汁 	御飯 肉団子の甘酢煮 春巻き ハムサラダ 中華スープ 	御飯 肉じゃが たけのこの土佐煮 大根菜和え物 味噌汁 	焼き鳥丼 小松菜炒め煮 かぶのドレ和え 赤だし 	ごはん(小) カレーうどん かぼちゃ煮 アスパラのドレ和え 	御飯 さわらの西京焼き 添え(ししとう・白花豆) 枝豆がんも煮 ほうれん草のお浸し 清汁 	御飯 豚肉と根菜の炒め煮 冬瓜の煮物 いんげんのごまドレ和え 味噌汁 
	エネルギー 416 タンパク 19.3 脂質 5.9 炭水化物 70.8 カルシウム 114 食塩相当量 2.8	エネルギー 657 タンパク 17.2 脂質 25.8 炭水化物 88.7 カルシウム 87 食塩相当量 3.8	エネルギー 542 タンパク 26.9 脂質 11.1 炭水化物 88.2 カルシウム 208 食塩相当量 2.9	エネルギー 617 タンパク 28.5 脂質 23.4 炭水化物 70.4 カルシウム 158 食塩相当量 3.6	エネルギー 574 タンパク 17.5 脂質 13.6 炭水化物 94.5 カルシウム 61 食塩相当量 3.2	エネルギー 533 タンパク 25.6 脂質 13.2 炭水化物 76.7 カルシウム 77 食塩相当量 2.5	エネルギー 594 タンパク 21.5 脂質 21.4 炭水化物 77.2 カルシウム 72 食塩相当量 2.7
夕食	御飯 チキンソテー 添え(ブロッコリー) かぶの洋風煮 ポテトサラダ コンソメスープ 	御飯 さばの塩焼き 添え(ししとう・おろし) 茄子の揚げ浸し しろ菜の酢味噌和え 清汁 	御飯 豚の角煮 れんこんの華風煮 きゅうりのドレ和え 味噌汁 	御飯 鮭の利休焼き 添え(オクラ) ひじき煮 春菊のお浸し 味噌汁 	御飯 豚肉と水菜のはりはり煮 ニンニクの芽炒め 大根菜のツナ和え 味噌汁 	御飯 チンジャオロース シューマイ(かに) 春雨のマヨ和え 中華スープ 	御飯 太刀魚の煮付け 添え(茄子・人参) もやしのさっと煮 里芋の梅和え 清汁 
	エネルギー 636 タンパク 23.6 脂質 25.1 炭水化物 80.2 カルシウム 59 食塩相当量 2.7	エネルギー 594 タンパク 21 脂質 21.8 炭水化物 76.5 カルシウム 109 食塩相当量 2.6	エネルギー 628 タンパク 16.5 脂質 23 炭水化物 86.1 カルシウム 90 食塩相当量 3.8	エネルギー 544 タンパク 22.3 脂質 16.7 炭水化物 77.2 カルシウム 198 食塩相当量 2.8	エネルギー 546 タンパク 26.1 脂質 17.4 炭水化物 70.5 カルシウム 253 食塩相当量 2.8	エネルギー 706 タンパク 22.9 脂質 28 炭水化物 88.9 カルシウム 74 食塩相当量 2.9	エネルギー 564 タンパク 19.6 脂質 18.5 炭水化物 77.2 カルシウム 55 食塩相当量 2.4
合計	エネルギー 1507 タンパク 54.8 脂質 67 炭水化物 222.7 カルシウム 419 食塩相当量 6.9	エネルギー 1518 タンパク 45.2 脂質 51.4 炭水化物 216.9 カルシウム 297 食塩相当量 7.2	エネルギー 1599 タンパク 57.1 脂質 53.4 炭水化物 223.4 カルシウム 616 食塩相当量 7.8	エネルギー 1464 タンパク 57.1 脂質 44.2 炭水化物 208.1 カルシウム 383 食塩相当量 7.4	エネルギー 1648 タンパク 60.2 脂質 48.1 炭水化物 242.3 カルシウム 667 食塩相当量 7.3	エネルギー 1518 タンパク 58.5 脂質 47.2 炭水化物 212 カルシウム 183 食塩相当量 6.6	エネルギー 1435 タンパク 47.1 脂質 43.9 炭水化物 209 カルシウム 202 食塩相当量 6.5

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和8年8月 花咲浜寺献立表

	8月23日(日)	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)
朝食	ミニ山シュガー アスパラソテー コーヒーマル 洋梨缶のヨーグルト和え 	白粥 漬物 いんげんのごま和え 果物 	ジャムパン(ミックス) ブロッコリーサラダ 牛乳 ヨーグルト 	白粥 漬物 しろ菜の炒め煮 果物	豆乳クリームパン 冬瓜のスープ煮 牛乳 パイン缶のヨーグルト和え 	白粥 漬物 いか団子の旨煮 果物 	茶粥 漬物 チンゲンサイの炒め物 果物 
	エネルギー 463 タンパク 12.6 脂質 34.1 炭水化物 77.4 カルシウム 250 食塩相当量 1.4	エネルギー 233 タンパク 5 脂質 1.2 炭水化物 51.8 カルシウム 46 食塩相当量 0.7	エネルギー 413 タンパク 13.9 脂質 16 炭水化物 55.1 カルシウム 308 食塩相当量 0.8	エネルギー 278 タンパク 7.7 脂質 5.5 炭水化物 50 カルシウム 59 食塩相当量 0.7	エネルギー 402 タンパク 13.9 脂質 15.2 炭水化物 51.6 カルシウム 311 食塩相当量 0.7	エネルギー 299 タンパク 10.6 脂質 4.2 炭水化物 54.6 カルシウム 63 食塩相当量 1.4	エネルギー 275 タンパク 5.2 脂質 5.9 炭水化物 50.5 カルシウム 51 食塩相当量 1
昼食	御飯 鶏の山椒焼き 添え(オクラ) 炒り豆腐 小松菜の和え物 味噌汁 	御飯 麻婆豆腐 蒸しニラ饅頭 大根菜のドレ和え 中華スープ 	御飯 チキン南蛮 添え(キャベツ・トマト) ひじき煮 もやしの酢の物 味噌汁 	御飯 鮭のねぎ醤油焼き 添え(いんげん) 厚揚げ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 	ごはん(小) 冷やしたぬきそば ちくわ磯辺揚げ 春菊の胡麻和え 	【お弁当の日】 炊き込み御飯 漬物 ゴーヤチャンプル 天ぷら 肉焼売 酢の物 水まんじゅう 味噌汁 	御飯 和風おろしハンバーグ 添え(ブロッコリー・トマト) たけのこの炒め煮 チーズサラダ 味噌汁 
	エネルギー 619 タンパク 30.8 脂質 21.7 炭水化物 73.5 カルシウム 222 食塩相当量 2.5	エネルギー 662 タンパク 30 脂質 24.4 炭水化物 80.3 カルシウム 347 食塩相当量 3	エネルギー 702 タンパク 25.6 脂質 29.8 炭水化物 82.2 カルシウム 91 食塩相当量 2.8	エネルギー 550 タンパク 25.4 脂質 17.8 炭水化物 69.6 カルシウム 202 食塩相当量 2.6	エネルギー 564 タンパク 18.8 脂質 12.6 炭水化物 95.7 カルシウム 119 食塩相当量 2.8	エネルギー 885 タンパク 30.1 脂質 38.3 炭水化物 101.5 カルシウム 180 食塩相当量 4.1	エネルギー 656 タンパク 22 脂質 25.3 炭水化物 86.1 カルシウム 155 食塩相当量 3.5
夕食	御飯 海鮮クリームシチュー チンゲン菜ソテー ツナサラダ 青りんごゼリー 	御飯 牛肉のスタミナ炒め 卵の花 きゅうりの昆布和え 味噌汁 	御飯 豚肉の味噌炒め れんこん金平 白菜の錦糸和え 清汁 	御飯 スパニッシュオムレツ 添え(ポテト) イタリアンソテー アスパラサラダ コンソメスープ 	御飯 牛肉のしぐれ煮 じゃこピーマン 小松菜の醤油マヨ和え 味噌汁 	御飯 白身魚の味噌焼き 添え(ししとう・人参) ぜんまいの炒り煮 しろ菜のゆずドレ和え 清汁 	御飯 鶏肉の照り焼き 添え(いんげん) 揚げなすの煮浸し 大根サラダ 味噌汁 
	エネルギー 607 タンパク 22.8 脂質 16.1 炭水化物 96.1 カルシウム 160 食塩相当量 2.4	エネルギー 603 タンパク 26.6 脂質 15.7 炭水化物 83.8 カルシウム 101 食塩相当量 2.8	エネルギー 584 タンパク 22.4 脂質 18 炭水化物 81.5 カルシウム 63 食塩相当量 2.5	エネルギー 706 タンパク 27.5 脂質 31.1 炭水化物 78.3 カルシウム 83 食塩相当量 3.2	エネルギー 543 タンパク 19.4 脂質 19.6 炭水化物 72.3 カルシウム 157 食塩相当量 2.5	エネルギー 482 タンパク 20.6 脂質 9.4 炭水化物 76.7 カルシウム 125 食塩相当量 3.4	エネルギー 615 タンパク 23.3 脂質 25.3 炭水化物 71.4 カルシウム 71 食塩相当量 2.8
合計	エネルギー 1689 タンパク 66.2 脂質 71.9 炭水化物 247 カルシウム 632 食塩相当量 6.3	エネルギー 1498 タンパク 61.6 脂質 41.3 炭水化物 215.9 カルシウム 494 食塩相当量 6.5	エネルギー 1699 タンパク 61.9 脂質 63.8 炭水化物 218.8 カルシウム 462 食塩相当量 6.1	エネルギー 1534 タンパク 60.6 脂質 54.4 炭水化物 197.9 カルシウム 344 食塩相当量 6.5	エネルギー 1509 タンパク 52.1 脂質 47.4 炭水化物 219.6 カルシウム 587 食塩相当量 6	エネルギー 1666 タンパク 61.3 脂質 51.9 炭水化物 232.8 カルシウム 368 食塩相当量 8.9	エネルギー 1546 タンパク 50.5 脂質 56.5 炭水化物 208 カルシウム 277 食塩相当量 7.3

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和8年8月 花咲浜寺献立表

	8月30日(日)	8月31日(月)					
朝食	あんぱん アスパラの炒め物 コーヒーマル みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 かぶのドレ和え 果物					
	エネルギー 465 タンパク 12.9 脂質 31.6 炭水化物 81.8 カルシウム 239 食塩相当量 1	エネルギー 303 タンパク 7.2 脂質 7.7 炭水化物 52.3 カルシウム 28 食塩相当量 0.8					
昼食	御飯 八宝菜 焼き餃子 もやしの中華和え 中華スープ 	カレーライス 添え(福神漬) 大豆サラダ 果物 					
	エネルギー 580 タンパク 23.8 脂質 17.4 炭水化物 81.6 カルシウム 81 食塩相当量 3	エネルギー 597 タンパク 22.1 脂質 17.7 炭水化物 89.5 カルシウム 99 食塩相当量 3					
夕食	御飯 たらのムニエル 添え(グラッセ) さつま芋のレモン煮 スパゲティサラダ コンソメスープ 	御飯 鶏肉と牛蒡の生姜炒め 厚揚げの甘辛炒め煮 オクラと長芋の和え物 味噌汁 					
	エネルギー 609 タンパク 19 脂質 17.8 炭水化物 94.8 カルシウム 58 食塩相当量 2.3	エネルギー 620 タンパク 24.2 脂質 21.4 炭水化物 81.5 カルシウム 178 食塩相当量 2.5					
合計	エネルギー 1654 タンパク 55.7 脂質 66.8 炭水化物 258.2 カルシウム 378 食塩相当量 6.3	エネルギー 1520 タンパク 53.5 脂質 46.8 炭水化物 223.3 カルシウム 305 食塩相当量 6.3					

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。