予定献立表

平成 28年 7月 1日 ～ 平成 28年 7月 15日　　普通食

日	朝食	昼食	間食	夕食	備考
1(金)	パターロールパン じゃが芋とベーコンのスープ スクランブルエッグ ジャム 牛乳 エネルギー　557kcal	ごはん 卵豆腐のおすまし 豚肉の黒酢あんかけ 五目豆 オレンジ エネルギー　677kcal	エネルギー　0kcal	わかめごはん さつま汁 鰆のねぎ味噌焼き すき焼き風煮 たこときゅうりの酢のもの エネルギー　909kcal	エネルギー　2143kcal
2(土)	ごはん 味噌汁 ししゃも きゃらぶき ヨーグルト エネルギー　453kcal	肉味噌スパゲッテイ トマトのサラダ ミルクプリン エネルギー　704kcal	エネルギー　0kcal	ごはん 豆腐のスープ ピザ風味チキン 切り干し大根と半平の煮物 野菜のごまマヨ和え エネルギー　752kcal	エネルギー　1909kcal
3(日)	パン コーンスープ フライドポテト ヘム鉄ゼリー 牛乳 エネルギー　782kcal	ごはん ニラと春雨のスープ ホイコーロー マカロニサラダ フルーチェ エネルギー　687kcal	エネルギー　0kcal	さんまの蒲焼きどん かきたま汁 棒々鶏 つぼ漬け エネルギー　638kcal	エネルギー　2107kcal
4(月)	ごはん 味噌汁 がんもの煮もの ふりかけ ヨーグルト エネルギー　487kcal	カツカレー 大根サラダ 白玉団子 エネルギー　914kcal	エネルギー　0kcal	ごはん 白はんぺんのおすまし 豚肉のしょうが焼き やっこ豆腐 オレンジ エネルギー　573kcal	エネルギー　1974kcal
5(火)	ごはん 味噌汁 だし巻き卵 ぜんまいの煮物 ヨーグルト エネルギー　587kcal	ソース焼きそば コーン入り中華スープ 揚げ茄子中華だれ バナナ エネルギー　560kcal	パン エネルギー　168kcal	ごはん 豚汁 鶏肉治部煮 もずくの酢の物 ヤクルト エネルギー　797kcal	エネルギー　2112kcal
6(水)	ごはん 味噌汁 肉信田の煮物 煮豆 ヨーグルト エネルギー　605kcal	ごはん 麩のすまし汁 鶏肉のもろみ焼き たらこスパゲッティ オレンジ エネルギー　652kcal	エネルギー　0kcal	ごはん けんちん汁 焼き魚 ほうれんそうの和えもの さつまいもと切昆布煮物 エネルギー　622kcal	エネルギー　1879kcal
7(木)	食パン トマたまスープ ポテトとベーコンソテー ジャム 牛乳 エネルギー　553kcal	助六寿司 そうめん汁 じゃがいものそぼろ煮 ゼリー エネルギー　843kcal	エネルギー　0kcal	ごはん 卵豆腐のおすまし みそ豚ステーキ コロッケ 春雨の酢の物 エネルギー　892kcal	七夕 エネルギー　2288kcal
8(金)	パターロールパン ミネストローネスープ 肉団子の煮物 ジャム 牛乳 エネルギー　632kcal	ごはん なめこ汁 鮭の菜種焼 きんぴらごぼう すいか エネルギー　687kcal	せんべい エネルギー　152kcal	チキンライス せん切り野菜のスープ マカロニサラダ フルーツポンチ エネルギー　628kcal	エネルギー　2099kcal
9(土)	ごはん 味噌汁 五目卵焼き しそ昆布佃煮 ヨーグルト エネルギー　459kcal	ごはん コーンスープ ハンバーグ 角切りサラダ メロン エネルギー　822kcal	エネルギー　0kcal	ごはん きのこ汁 さばのみそ煮 大学芋 おろし和え エネルギー　669kcal	保護者会 エネルギー　1950kcal
10(日)	パン コンソメスープ ポテトサラダ チーズ 牛乳 エネルギー　782kcal	ごはん かきたま汁 牛肉とセロリのオイスター炒 シーフードサラダ フルーチェ エネルギー　624kcal	エネルギー　0kcal	ごはん 麩のすまし汁 鶏肉のもろみ焼き たらこスパゲッティ(小) 蒸しなすのみそかけ エネルギー　712kcal	エネルギー　2118kcal
11(月)	ごはん 味噌汁 じゃがいものそぼろ煮 納豆 ヨーグルト エネルギー　565kcal	ごはん わんこそば 白身魚の木の芽焼き 小松菜のおかか和え 筑前煮 エネルギー　627kcal	エネルギー　0kcal	焼き肉丼 豆腐のおすまし いかの酢のもの オレンジ エネルギー　615kcal	エネルギー　1807kcal
12(火)	ごはん 味噌汁 切り干し大根と半平の煮物 時雨佃煮 ヨーグルト エネルギー　440kcal	ちく玉天うどん 肉みそ豆腐 キャベツの梅肉和え バナナ エネルギー　770kcal	パン エネルギー　168kcal	ごはん 白はんぺんのおすまし 煮魚 錦糸和え ほうれんそう かくふとさつま芋の含め煮 エネルギー　698kcal	つくし外出 エネルギー　2076kcal
13(水)	ごはん 味噌汁 だし巻き卵 ぜんまいの煮物 ヨーグルト エネルギー　431kcal	はやしライス ミンチカツ コールスローサラダ 漬物 エネルギー　882kcal	エネルギー　0kcal	ごはん ワンタンスープ 照り焼きチキン 大根とツナの煮物 トマトのサラダ エネルギー　677kcal	エネルギー　1990kcal
14(木)	食パン クリームシチュー ゆでたまご ヘム鉄ゼリー りんごジュース エネルギー　443kcal	ごはん かにたまスープ 揚げ魚の海老あんかけ ゴーヤチャンプル バナナ エネルギー　688kcal	エネルギー　0kcal	ごはん とろろこんぶ汁 ミートローフ かぼちゃのいとこ煮 枝豆 エネルギー　682kcal	エネルギー　1813kcal
15(金)	黒ごまロールパン コンソメスープ 肉団子の煮物 ジャム 牛乳 エネルギー　727kcal	ごはん 麩のすまし汁 鶏のごま風味焼き 五目豆 すいか エネルギー　657kcal	クッキー エネルギー　216kcal	たまごチャーハン 中華スープ 焼き餃子 中華和え エネルギー　662kcal	エネルギー　2262kcal