

祭 8月 献立カレンダー 後半

月	火 8月15日	水 8月16日	木 8月17日	金 8月18日	土 8月19日	日 8月20日	
おひるごはん		 ツナの和風スパゲティ お豆サラダ コーンスープ フルーツ(洋梨缶)	 ご飯 焼き鳥風ソテー じゃこ和え みそ汁 フルーツ(みかん缶)	 ご飯 黄金カレーの竜田揚げ ひじきの煮物 具だくさん汁	 ご飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草とたまごのマヨサラダ みそ汁	 チキンカレー ツナサラダ フルーツ(オレンジ)	
	栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/12.6/9.5/44.3/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/14.0/11.3/56.6/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 362/15.2/8.2/56.2/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 413/16.4/13.2/55.0/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 439/12.3/15.2/60.8/1.3	
おひるごはん	8月21日	 鉄分強化! ふいかけごはん バンバンジー かぼちゃのツナ煮 みそ汁	 ご飯 豚肉のケチャップ炒め 高野豆腐のごま和え みそ汁	 エビと枝豆の磯かき揚げ丼 ナムル すまし汁 フルーツ(キウイフルーツ)	 ご飯 豆腐と鶏肉のケチャップ煮 マカロニ野菜サラダ スープ	 ご飯 秋鮭のチーズ焼き 切干大根サラダ みそ汁	8月27日
	栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 366/17.1/4.7/59.8/1.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 359/12.6/6.9/60.5/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 382/15.1/13.3/48.6/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 451/10.4/17.1/61.4/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/13.8/10.8/61.0/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 370/15.2/10.3/52.4/1.1
おひるごはん	8月28日	 鉄分強化! ふいかけごはん 白糸タラのマヨネーズ焼き 豚肉と冬瓜の甘辛煮 みそ汁	 ツナの和風スパゲティ お豆サラダ たまごスープ フルーツ(梨)	 ご飯 焼き鳥風ソテー じゃこ和え みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ご飯 黄金カレーの竜田揚げ ひじきの煮物 具だくさん汁		
	栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 385/13.8/13.1/51.2/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/12.9/10.0/40.7/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 379/13.6/11.3/54.2/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 364/16.0/8.9/54.0/1.2		

※都合により、献立を変更する場合がございます。