

献立予定表(8月度)

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日
朝食							
昼食							
夕食							
総カロリー 夜食	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日
朝食							
昼食							
夕食							
総カロリー 夜食	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日
朝食							
昼食							
夕食							
総カロリー 夜食	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日
朝食	ごはん ミニ食パンデニッシュ じゃこ天 味噌汁 牛乳	パン2種 穀物ロール ハムチーズ 春雨スープ フルーツ	ごはん 納豆 厚焼き卵 味噌汁 牛乳	シュガートースト ジャー・マンポテト コンソメスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ホワイトブレッド 肉豆腐 味噌汁 牛乳	お茶漬け さんまの佃煮 漬物 牛乳	チョコチップメロンパン ごはん アンサンブルエッグ コンソメスープ 牛乳
	618	460	646	494	748	701	444
昼食	男の親子丼 漬物 白味噌汁 わかれめスープ	ごはん 魚の照り焼き 肉じゃが 豆腐とオクラの和え物	とろろごはん サラダバイキング デザート 牛乳	チキンカレー 冷製パスタ チキンナゲット コーンスープ	ごはん 豚肉と卵の炒め物 がんものの煮物 ごぼうサラダ 中華スープ	ごはん 豚肉と卵の炒め物 がんものの煮物 ごぼうサラダ 中華スープ	ごはん 汁なし担々麺 揚げ餃子 のりセレクト
	1396	1199	1004	1080	1037	1172	1446
夕食	ごはん 肉団子と野菜のスープ チキンのオーブン焼き 付け野菜	ごはん 鶏肉のさっぱり大根 レタスの卵炒め コールスローサラダ 中華スープ	ごはん ヒレカツ 胡瓜のおかか和え さつま芋の甘煮 すまし汁	ごはん チゲ鍋 串カツ ツナサラダ 牛乳	ごはん チーズハンバーグ エビフライ ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 唐揚げ 白菜のポン酢和え 五目煮 白味噌汁	わかめごはん 魚の南蛮漬け ビーフンソテー タコキムチ 味噌汁
	1176	1042	1504	1334	1072	1288	1129
総カロリー	3190	2701	3154	2908	2857	3161	3019
夜食							
	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日		
朝食	ごはん クロワッサン 八幡巻き 味噌汁 牛乳	パン2種 ごはん スクランブルエッグ 豆スープ フルーツ	ごはん 食パン 温泉卵 鮭の塩焼き 味噌汁 牛乳	ホットドック ごはん スパゲッティサラダ 中華スープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ロールパン 目玉焼き 味噌汁 牛乳		
	566	486	631	404	632		
昼食	エビとじ丼 漬物 中華スープ	ごはん 照り焼きチキン 筑前煮 辛し和え 味噌汁	ごはん チンジャオロース ごま団子 もやし和え 中華スープ	夏野菜カレー サラダバイキング デザート 牛乳	ピラフ エビ寄せフライ ミネストローネ		
	904	1767	1029	1064	993		
夕食	ごはん コーンポタージュ鍋 トマトコロッケ 海藻サラダ	ごはん 焼きそば 軟骨揚げ サラダバイキング	ごはん ミックスフライ 野菜炒め コンソメスープ	ごはん 麻婆豆腐 小龍包 サラダバイキング	ごはん 鶏天 大根サラダ 冷奴		
	1193	946	1667	1021	1536		
総カロリー	2663	3199	3327	2489	3161		
夜食	きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	豚肉の焼肉丼		