

献立予定表(9月度)

	日曜日 9月1日	月曜日 9月2日	火曜日 9月3日	水曜日 9月4日	木曜日 9月5日	金曜日 9月6日	土曜日 9月7日
朝食	チョコフレーク ごはん フランクフルト フルーツ 卵スープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 ツナマヨ 豚汁 牛乳	ベーコンチーズパン ごはん ポテトカップグラタン ポタージュ ヨーグルト 牛乳	シュガートースト ごはん チキンナゲット わかめスープ 味噌汁 牛乳	ごはん バターロール 納豆 野菜つくね 味噌汁 牛乳	チョコチップメロンパン ごはん ゆで卵 中華スープ フルーツ 牛乳	ごはん 穀物ロール ウインナー ミニハンバーグ 味噌汁 牛乳
総カロリー	450	758	497	465	607	522	753
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	ロングジョイパン(シュガークリーム) ごはん アメリカンドッグ フルーツ パンパキンスープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 鮭フレーク 豚汁 牛乳	パン2種 ごはん ジャーマンポテト コンスープ ゼリー 牛乳	ハンバーガー ごはん ヨーグルト わかめスープ 牛乳	ごはん バターロール 温泉卵 鮭の塩焼き 味噌汁 牛乳	ジャムパン ごはん スクランブルエッグ フルーツ 中華スープ 牛乳	ごはん 食パン ピザまん ミートボール 味噌汁 牛乳
総カロリー	590	855	491	432	680	423	825
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	ホットケーキ ごはん チキンナゲット フルーツ コンスープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 ツナマヨ 豚汁 牛乳	ウインナーパン ごはん スコッチエッグ 中華スープ ヨーグルト 牛乳	きな粉トースト ごはん ジャーマンポテト 卵スープ 味噌汁 牛乳	ごはん バターロール 納豆 照り焼きチキン 味噌汁 牛乳	ロングジョイパン(つぶあん&マーガリン) ごはん コロケ フルーツ 中華スープ 牛乳	ごはん レーズンパン 目玉焼き ウインナー 味噌汁 牛乳
総カロリー	502	882	744	497	783	540	739
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	チョココロネ ごはん ベーコンエッグ フルーツ ポタージュ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 鮭フレーク 豚汁 牛乳	パン2種 ごはん ミニアメリカンドッグ ヨーグルト わかめスープ 牛乳	ベーコントースト ごはん フルーツポンチ 中華スープ 牛乳	ごはん バターロール 温泉卵 つくねチーズ 味噌汁 牛乳	揚げパン ごはん ポテトカップグラタン フルーツ 卵スープ 牛乳	ごはん 食パン サバの塩焼き 厚焼き卵 味噌汁 牛乳
総カロリー	516	855	520	445	752	524	961
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	フルーツグラノーラ ごはん フランクフルト フルーツ パンパキンスープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 ツナマヨ 豚汁 牛乳					
総カロリー	742	833					
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	あんかけ親子丼 漬物 味噌汁	オムハヤシライス チキンナゲット 付け野菜 ジュース					
総カロリー	970	984					
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
朝食	ごはん 豚肉のネギ塩焼き スパゲッティサラダ フルーツ	ごはん からあげ 五目煮 白菜の和え物 手作りデザート					
総カロリー	1444	1217					
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
総カロリー	3156	3034	0	0	0	0	0

☆献立について☆
◆朝食◆
ごはん食の日 月曜日・木曜日・土曜日
パン食の日 日曜日・火曜日・水曜日・金曜日
それぞれに合わせたおかずとなっております。
また、ごはん食の日のパンには数に限りがありますのでご注意ください。

総カロリー	0	0	0	0	0	0	0
夜食	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼