

献立表

慶和会 花いちもんめ
2024/9/1~2024/9/30

★新メニュー

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	
屋食	御飯 おろし煮魚(カレイ) 小松菜とあさりの辛し和え 梅干し みそ汁 エネルギー 402kcal 蛋白質 20.9g 脂質 2.3g 食塩 3.7g	御飯 カツ煮 菜果なます みそ汁 エネルギー 569kcal 蛋白質 18.8g 脂質 12.6g 食塩 4g	梅しらすごはん 揚げ出し豆腐のかにあんかけ おかか和え 漬物 みそ汁 エネルギー 587kcal 蛋白質 19.8g 脂質 15.8g 食塩 4g	御飯 肉団子の甘酢煮 カボチャとレズンのサラダ しそ昆布 みそ汁 エネルギー 609kcal 蛋白質 17.5g 脂質 15.2g 食塩 3.8g	そうめん なすのエビはさみ揚げ バナナ エネルギー 539kcal 蛋白質 17.3g 脂質 14g 食塩 7.6g	御飯 鶏肉のみそ焼き しらす干しの和え物 三色煮豆 すまし汁 エネルギー 593kcal 蛋白質 25.5g 脂質 13.6g 食塩 2.8g	夏野菜カレー コーンサラダ かき卵わかめスープ エネルギー 606kcal 蛋白質 15.8g 脂質 15.7g 食塩 4.6g	
デザート	クレープ(カスタード)	水ようかん	人形焼き	バニラアイス	ドームケーキ(チョコ)	ストロベリーヨーグルト	フルーツみつ豆	
屋食	御飯 煮込み豆腐ハンバーグ 大根サラダ 漬物 みそ汁 エネルギー 465kcal 蛋白質 15.5g 脂質 8.9g 食塩 3.5g	御飯 魚の南蛮漬け(カレイ) 枝豆と豆腐のしんじょ ふりかけ みそ汁 エネルギー 572kcal 蛋白質 22.9g 脂質 12.9g 食塩 3.8g	ビビンバ 温泉卵 フルーツヨーグルト 五目スープ エネルギー 642kcal 蛋白質 26.6g 脂質 20.2g 食塩 3.5g	豆御飯 魚の香り焼き(赤魚) 里芋とこんにゃくの煮物 漬物 かき玉汁 エネルギー 473kcal 蛋白質 21.2g 脂質 5.3g 食塩 4.5g	御飯 ★鶏肉の唐揚げ香味みぞれだれ 卵入りマカロニサラダ 漬物 みそ汁 エネルギー 593kcal 蛋白質 22.3g 脂質 16.8g 食塩 3.1g	冷し中華 なすの田楽 フルーツ缶詰 エネルギー 570kcal 蛋白質 16.4g 脂質 18g 食塩 3.7g	ひじき御飯 鶏肉ごまだれ焼き お浸し 漬物 みそ汁 エネルギー 442kcal 蛋白質 21g 脂質 10.7g 食塩 3.7g	
デザート	ラフランスゼリー	上生菓子	上生菓子	上生菓子	白桃羹	白桃羹	白桃羹	
屋食	御飯 焼魚(カマス) 煮物 ふりかけ みそ汁 エネルギー 486kcal 蛋白質 22g 脂質 7.7g 食塩 3.3g	行事食(敬老の日) 赤飯 赤魚の黄金漬焼き 茶わん蒸し くるみ和え 果物 すまし汁 お長寿の お慶びを 申し上げます	御飯 酢豚 オクラとわかめの和え物 しそ昆布 みそ汁 エネルギー 551kcal 蛋白質 19.6g 脂質 13.7g 食塩 3.8g	★冷やし鶏天おろしうどん かぼちゃの甘煮 オレンジ エネルギー 445kcal 蛋白質 22.9g 脂質 2.6g 食塩 5.1g	おにぎり(みそ・鮭わかめ) 盛り合わせ お浸し 漬物 五目汁 エネルギー 483kcal 蛋白質 16.2g 脂質 7.6g 食塩 4.2g	御飯 鶏もも肉の照煮 ごま和え 梅干し みそ汁 エネルギー 509kcal 蛋白質 22.8g 脂質 10.5g 食塩 3.7g	行事食(お彼岸) おはぎ 信田煮 山吹和え 漬物 おくずかけ エネルギー 536kcal 蛋白質 21.6g 脂質 9.2g 食塩 3.7g	
デザート	プリン	紅白ケーキ	バニラアイス	栗まんじゅう	クレープ(いちご)	ドームケーキ(カスタード)	アロエヨーグルト	
屋食	御飯 じゃがいもと豚ばら肉の照り煮 柚香和え 漬物 みそ汁(ほうれん草・油揚げ) エネルギー 543kcal 蛋白質 14.6g 脂質 12.6g 食塩 3.3g	エビピラフ ごまドレサラダ キウイフルーツ コーンクリームスープ エネルギー 548kcal 蛋白質 18.5g 脂質 12.5g 食塩 3.7g	冷やし山菜とろろそば ちくわ磯辺天ぷら 果物 エネルギー 451kcal 蛋白質 16.5g 脂質 12.4g 食塩 3.3g	御飯 フィッシュ南蛮(鱈) お浸し 白菜づけ みそ汁 エネルギー 584kcal 蛋白質 26.2g 脂質 16.3g 食塩 3.3g	チキンカレー ポイルサラダ 白菜スープ エネルギー 590kcal 蛋白質 15.7g 脂質 15.4g 食塩 4.4g	ちらしずし ポテト金平 すまし汁 エネルギー 596kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.3g 食塩 3.9g	御飯 和風きのごハンバーグ コールスローサラダ しそ昆布 みそ汁 エネルギー 592kcal 蛋白質 21.3g 脂質 17g 食塩 3.6g	
デザート	どら焼き(カスタード)	ミニたい焼き	クレープ(チョコ)	りんごゼリー	バニラアイス	和ドーナツ	ブッセ(チョコ)	
屋食	御飯 魚の味噌照り焼き(メバル) かぼちゃのそぼろあんかけ 梅干し すまし汁 エネルギー 590kcal 蛋白質 28.1g 脂質 6.7g 食塩 6.1g	あんかけ焼きそば 杏仁フルーツ わかめスープ エネルギー 517kcal 蛋白質 20.3g 脂質 10.1g 食塩 4.2g						
デザート	いちごムース	バニラアイス						

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。

