



日	曜日	献 立 名	エネルギー		
			副食	主食	合計
1	火	チキンライス コンソメスープ ぎゅうにゅう 牛乳	281	チキンライス (406) 米 (304)	687
2	水	しろみざかな 白身魚のフライ ちゅうか キャベツの中華あえ もずく汁 じる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	389	297	686
3	木	とりにく 鶏肉のバーベキューソース かぼちゃのコンソメスープ コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	435	265	700
4	金	カレーライス ポン酢サラダ ぎゅうにゅう 牛乳	152	カレーライス (563) 米 (322)	715
7	月	とりにく 鶏肉の塩焼き すの もの 酢の物 さといものみそ汁 しる ごはん うめ ぼ 梅干し ぎゅうにゅう 牛乳	373	297	670
8	火	そぼろあんかけ豆腐 どうふ さつまいものみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	531	297	828
9	水	ツナカレーピラフ ポトフ ぎゅうにゅう 牛乳	337	カレーピラフ (403) 米 (304)	740
10	木	チキンカツ（みそだれ） きりぼしだいこん 切干大根の煮物 に もの すまし汁 じる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	451	297	748
11	金	あつ あ 厚揚げコロコロマーボー わかめスープ ぎゅうにゅう ごはん 牛乳	495	297	792
15	火	さつまいもごはん て や さかなの照り焼き とんじる 豚汁 ぎゅうにゅう 牛乳	377	さつまいもごはん (340) 米 (304)	717
16	水	カレーコロッケ や さいいた 野菜炒め とう ふ 豆腐とえのきのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	443	297	740

※都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



日	曜日	献 立 名	エネルギー		
			副食	主食	合計
17	木	あき 秋のブラウンシチュー キャベツとコーンのサラダ コッペパン の 飲むヨーグルト	454	265	719
18	金	ゆーりんちー 油淋鶏 はるさめ 春雨サラダ だいこん 大根とあげのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	454	297	751
21	月	はっぼうさい 八宝菜 ちゅうか 中華スープ ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	318	297	615
22	火	とりにく 鶏肉のパン粉焼き こ や 野菜のマリネ や さい オニオンスープ しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	409	297	706
23	水	ほねくの磯辺揚げ うのはな とう ふ 豆腐と玉ねぎのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	448	297	745
24	木	とりにく 鶏肉のレモンソースがけ キャベツのごまドレサラダ さつまいものコンソメスープ コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳	527	265	792
25	金	ハヤシライス こまつ な 小松菜とコーンのあえ物 もの の 飲むヨーグルト	141	ハヤシライス (563) 米 (322)	704
28	月	こぎつねずし とりにく 鶏肉のから揚げ あ はくさい 白菜のみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	387	こぎつねずし (395) 米 (304)	782
29	火	くじらにく 鯨肉のネギ塩炒め しおいた マカロニサラダ だいこん 大根とわかめのスープ しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	365	297	662
30	水	とりにく 鶏肉のゆずこしょう焼き や 大根ときゅうりのサラダ だいこん じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	398	297	695
31	木	かぼちゃ型ハンバーグ が た 高野豆腐の煮物 こう や どう ふ に もの キャベツのみそ汁 しる ごはん ぎゅうにゅう 牛乳	465	297	762