

予 定 献 立 表 (8月分)

日 (曜)	朝 食	昼 食	夕 食	日 (曜)	朝 食	昼 食	夕 食
1 (土)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	挽肉のガーリックピラフ 彩り野菜のかき玉コンソメスープ エビフライ・サラダ 福神漬 フルーチェ 1373kcal	若鶏生姜照焼 豆腐と若布の味噌汁 ビーフン辛子たらこ炒め 995kcal	9 (日)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	豚肉豆腐 ニラ玉キャベツの味噌汁 長芋と胡瓜の梅風味和え フルーツゼリー 1148kcal	おにぎり(2個) 魚肉ソーセージ カップ味噌汁 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
2 (日)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	豚肉マヨ照焼 厚揚げとなめこの味噌汁 ニラの玉子炒め 果実ヨーグルト 1126kcal	おにぎり(2個) 魚肉ソーセージ カップ味噌汁 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~	10 (月)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	まぐろマスタードカツ ・ハムソテー 芋煮味噌汁 エビと夏野菜の昆布和え ヨーグルト 1137kcal	助六寿司(弁当) カップ味噌汁 野菜果実飲料 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
3 (月)	やきとり キャベツサラダ チーズ竹輪 しば漬 納豆 生卵or玉子ソース 焼酎・大根の味噌汁 乳飲料 891kcal orパン食	雑穀ご飯or白飯(半減食) 麻婆あんかけ焼そば すり身ワンタンと炒り卵の白湯スープ ハムとチンゲン菜の辛子ナムル オレンジor冷凍パイナップル 1334kcal	太刀魚ごま塩焼 ・なす肉はさみ天 もずくとオクラの白味噌汁 肉じゃが 1118kcal	11 (火)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	チキンピカタ 油揚げと若布の味噌汁 魚ソーとピーマンのバター風味炒め ふりかけ 乳飲料 1095kcal	レトルト (パック白飯・丼) カップ味噌汁 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
4 (火)	玉子巻 ほうれん草コーン炒め いわしトマト煮 ふりかけ 油揚げ・さつま芋の味噌汁 乳飲料 892kcal orパン食	塩こうじ空揚げ(若鶏唐揚げ) 豆腐とモロヘイヤの味噌汁 なすのかつお風味煮 アイスorフローズンヨーグルト 1127kcal	ビーフストロガノフ ※牛肉、玉葱、マッシュルームを炒めてスープで煮込み、サワークリームや生クリームを加えたもので、ロシアの郷土料理です。 オムレツ・サラダ 福神漬 1426kcal カルデツ飲料or乳飲料	12 (水)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	雑穀ご飯(半減食) 牛ホルモン焼うどん 豆腐ととろろ昆布のかき玉汁 ほうれん草かつお風味和え フルーチェ 1422kcal	レトルト (パック白飯・カレー) ビタミンゼリー飲料 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
5 (水)	玉子焼 キャベツコンソメ煮 甘酢チキン 胡瓜浅漬 厚揚げ・里芋の味噌汁 乳飲料 809kcal orパン食	明太しらす鬼おろし丼 (生卵or温泉卵のせ) 竹輪ときのこの味噌汁 ゴーヤの炒り豆腐 キウイフルーツor冷凍白桃 1060kcal	ポークレモンペッパーソテー ウインナーと彩り野菜の豆乳カレースープ エビチーズスパゲティサラダ 1235kcal	13 (木)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	かまぼこと卵の焼きめし 豆腐野菜ハンバーグ (チンゲン菜ごま和え・揚げじゃが) ニラとえのきの味噌汁 福神漬 杏仁フルーツ 1141kcal	レトルト (パック白飯・丼) カップ味噌汁 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
6 (木)	赤魚みりん焼 いんげんごま和え 旨塩焼そば しそたくあん漬 納豆 生卵orゆで卵 豆腐・じゃが芋の味噌汁 乳飲料 931kcal orパン食	<リクエスト献立(管理隊)> 焼き餃子(肉&しそ風味) トマトとえのきの玉子スープ 1168kcal 牛肉とピーマンのオイスターソース炒め ザーサイ 杏仁豆腐orマンゴープリン	かれい竜田揚げ・豆腐つくね 豚汁 かに蒲と春雨の梅マヨサラダ 1030kcal	14 (金)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	豚肉と夏野菜のごまみそ炒め 冷しきしめんの清汁 卵の花ポテトブロックリーサラダ ふりかけ 乳飲料 1570kcal	レトルト (パック白飯・ハヤシ) スムージー ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
7 (金)	玉子焼 湯葉オクラ和え さんま梅煮 とりそぼろ 油揚げ・焼なすの味噌汁 乳飲料 860kcal orパン食	雑穀ご飯or白飯(半減食) 親類カレーうどんorそば(鶏肉とうすら卵) かぼちゃチーズコロッケ・帆立風味フライ・サラダ べったら漬 バナナor乳飲料 1167kcal	えび天幕の内弁当 ※部隊配食16:00~	15 (土)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	さば生姜煮 油揚げとなめこの味噌汁 ハムとピーマンの塩炒め 果実ヨーグルト 1035kcal	レトルト (パック白飯・丼) カップ味噌汁 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~
8 (土)	パン食 (パン2個、乳性飲料) ※食堂配食(各自持ち帰り)	牛肉と玉葱のケチャップ炒め 豆腐と冬瓜の味噌汁 青じそもずく和え 小魚佃煮 1238kcal	サンドイッチ レトルトパスタ 野菜果実飲料 ※食堂配食(各自持ち帰り) 16:00~	★献立ウォッチ~おすすめメニュー紹介 ★チキンチキンごぼう…揚げた長州鶏、斜め切ごぼう、枝豆を甘辛醤油だれで絡めた料理です。(山口県の学校給食由来) ★焼きナポリタン…鉄板に敷いた玉子焼きの上にケチャップ味の太麺スパゲティを盛り付けた名古屋のご当地料理です。 ★夏まかんいろいろ…わらび粉を主原料として蒸しあげた山口いろいろです。(他県のいろいろは米粉使用) ★チキン南蛮…宮崎のものは①溶き卵の衣②さらりとした南蛮酢③胡瓜やケチャップ入のタルタルソースが特徴です。 8月の献立 			

※ ごはんは、精白米120g(410kcal)を基準として、全ての献立のエネルギー量に含まれています。ただし、カレー及び丼の場合は145g(496kcal)、麺の場合はご飯はありません。

※ 平日の朝食は、米食(ご飯、味噌汁、副食、乳飲料)とパン食(パン2個、乳飲料)の選択メニューです。