







B			9月2	3日		9月24日					9月25日				9月2	6日			9月:	27日			9月	28日			9月2	29日	
曜日			(月	1)			(4	k)			(7)	()			(オ	()			(1	⊵)			(,	(±)			(1	1)	
							ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯・汁	物∙漬物			ご飯・汁!	物∙漬物			ご飯・汁	物∙漬物	l		ご飯∙汁	├物•漬物			ご飯∙汁	物∙漬物	
						パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガリ	ノン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パン	・ジャム	・マーガ	゚リン	パ	ン・ジャム	ム・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン
						ほ	うれん草ス	スクラン	ブル	豚	肉と野菜	の中華和	え		オム	レツ		ウインナ・	ーとマカ		シソテー		温泉	表玉子			肉入り	コロッケ	
朝食						á	納豆・ふり	かけ・海	苔	á	納豆・ふり	かけ・海苔		á	納豆・ふり	かけ・海	苔	納	豆・ふり	かけ・海	苔	á	納豆•ふり	Jかけ・海	苔	#	内豆・ふり	かけ・海	苔
						ポ	テトの醤油	由バタール	虱味	スパ	゚ゲティとレ	タスのサ	ラダ	É	菜とべー	コンの炒	め	ブロッコ	リーとト	マトの中	華和え		カレー	コロッケ			切干	大根	
							サ.	ラダ			サ.	ダ			サラ	ダ			#	ラダ			Ħ	ラダ		ť	ラダ・コー	-ンフレー	-ク
							4	乳			4	乳			ジュ-	ース			4	·乳			4	丰乳		4	‡乳・コー	ヒー・紅扌	茶
栄養価	i エネ	トルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	とんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
						923.5	26.7	33.9	2.8	784.0	24.1	22.3	2.5	705.5	18.6	17.9	3.0	838.5	30.3	25.9	3.4	899.5	26.5	28.7	3.2	826.0	21.9	24.5	3.9
						٤	:んこつ醤	油ら一め	ん	蒸	し鶏と白	菜キムチ	丼		唐揚げ	カレー		冷	やしかき	き揚げそ	ば		中華ク	リーム丼			麻婆	茄子	
							春	巻		j	果かぼちゃ	の含め煮	煮		ミックス	サラダ		ごほ	うとレタ	スのサ	ラダ	蒸し鶏。	とキャベッ	ツの辛子	醤油和え	マカ	コロニとレ	タスのサ	ラダ
昼食	食食																												
D.							5 4	イス										;	見ぜご飯	夏(ゆかり))						5 ₁	ハ	
											中華たまごスープ				牛乳								わかめ	カスープ		ほう	れん草と	玉葱のス	、一プ
栄養価	i エネ	トルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	とんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
						965.0	27.3	28.7	8.1	668.0	22.8	8.0	6.5	934.0	27.6	28.3	3.7	966.0	19.3	31.6	3.9	777.0	20.0	25.7	4.8	894.0	18.1	28.0	5.8
																					FF: -		tt o.lt.	LLL EAL					
						鶏肉と	根菜の	甘酢&1	入フライ	ハンバ	ーグデ	ミグラス	ソース		豚キム	チ炒め)	セサミ	チキン	&さば	生姜煮			菜の塩! シフライ			チキン	ノカツ	
夕食			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜	
及		メンマともやしの中華和						を 和え	小松	菜と桜え	びのゴマ	マ和え		いわし	フライ		蓮根	と竹輪	iのきん	ぴら		ひじ	き煮		竹輪と	キャベツ	の味噌	マヨ和え	
							ご飯・	21.46			-^▲⊏	21.66			ご飯・	21.46m			ご飯・	21.46			-^&⊏	ⅰ┼物			-^▲⊏	21.46m	
							こ			ご飯・汁物									ー 駅 ′ デサ					ゲート			ご飯・ デサ		
		・ルギー	たんぱく質	脂質	会指扣业里	エカルゼー		脂質	食塩相当量	デザート			デザート			エネルギー	ナッ cんぱく質	脂質	合作切业品	エネルギー	たんぱく質		食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量		
栄養価	i	kcal)	たんはく貝 (g)	順具 (g)	メ塩和当重 (g)	エネルギー (kcal)		(g)	(g)	(kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	(g)	(kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)
L						1029.0	26.8	27.3	5.6	963.0	24.6	24.9	3.7	1043.0 31.2 38.4 4.7			1012.0	32.3	36.9	3.6	893.0	28.2	23.2	4.9	1005.0	25.9	33.7	3.5	

[※] 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。









Ħ		9月	30日			10月1日			10,5	2日			10月	3日			10月	4日			10月5日			10,5	16日	
曜日		Ü	月)			(火)			(7	k)			k)	k)			(4	b)			(±)			(I	日)	
		ご飯・汁	物∙漬物			ご飯・汁物・漬	物		ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯・汁	物・漬物			ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯・汁物・	責物		ご飯∙汁	物・漬物	
	,	パン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム・マー	ガリン	,	ン・ジャム	・マーガリ	ン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	,	パン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム・マ	ーガリン	1	ペン・ジャム	・マーガ	リン
		リヨネー	ズポテト		/_	ムと野菜のカレ	一炒め		肉団子の	チリソース			だし着	きき卵		:	ンとブロッコ	リーのマ	ヨソース	豚挽	肉とインゲン(つ味噌炒め		オム	レツ	
朝食		納豆・ふり	かけ・海	苔	糸	内豆・ふりかけ・	海苔		納豆・ふり	かけ・海苔	\$	希	内豆・ふり	かけ・海	苔		納豆・ふり	かけ・海	苔	¥	納豆・ふりかけ	•海苔		納豆・ふり	かけ・海	苔
R		ほうれん草	の胡麻和	ロえ		ゆで卵			オクラ	おろし		7	ひじきと大	豆の煮物	物	ソーセー	一ジと青菜の	スクラン	ブルエッグ		高野豆腐	Ę.	小柱	公菜とコー	ンのじゃこ	二和え
		₩:	ラダ			サラダ			サ :	ラダ			サ.	ラダ			サ.	ラダ			サラダ		-	ナラダ・コー	-ンフレー	-ク
		4	-乳			牛乳			4	乳			ジュ	ース			4	乳			牛乳			牛乳・コー	ヒー・紅	茶
栄養価	エネルギー (kcal)	ー たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 脂質 (g) (g)		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	ー たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)		i質 食塩相当	量 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)
	642.0		18.8	2.5	783.0	26.7 24.		792.5	23.2	21.4	2.7	768.5	27.2	25.2	2.9	970.5		44.7	3.3	755.5		8.7 3.5	636.0	22.0	16.1	3.6
		豚焼	き肉丼		ı	タンメン	l .		深丿	ll井			魚フライ	イカレー	1		けんちん	んうどん			肉じゃか			ワン	タン麺	
	ご (8	ぼうと人参の	の胡麻マ:	ヨ和え		シュウマイ		l	ピーマン肉	l詰めフラ·	1		ミックス	、サラダ			キャベツ	メンチカ	ッ	マカ	コロニとレタス	のサラダ	蒸し鶏	とキャベッ	の辛子	醤油和え
昼食																										
艮						ライス											混ぜご飯	(ゆかり))		ライス			⋽ -	イス	
	+	・ャベツと油	マベツと油揚げの味噌汁					小松菜となめこの味噌汁					4	乳							けんちん	+				
栄養価	エネルギー (kcal)	ー たんぱく質	脂質(g)	食塩相当量 (g)	せ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 (kcal) (g) (g) (g)						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー	ー たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 II	i質 食塩相当 g) (g)	量 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	
	832.0		27.2	3.8	833.0	28.3 13.		790.0	29.6	19.5	4.9	888.0	26.6	23.2	4.6	1059.0	_	26.0	4.5	859.0		7.1 4.1	981.0	28.7	9.0	7.0
			•	•																				•	•	
	焼き豆腐の四川あんかけ				唐	揚げ&オム	レツ		とん	かつ		鶏肉の	七味焼き 華火		げの中		豚肉の生	上姜焼	き	ハンバ	ベーグトマ 白身魚フ		鶏肉	りのカレ	一風味	揚げ
												Ψ.	, ,							ロ刃派ノ	7-1					
夕食	副菜					副菜			副	菜			副	菜			副	菜			副菜			副	菜	
艮		白身魚	シライ		∤	かめのツナ	炒め		ちくせ	ん煮		小松	菜と白酒	竜のおて	♪たし		きんぴ	らごぼう	,		塩焼きそ	ば	l ŧ∜l	とほうれ	ん草の	ナムル
		ご飯	. :+ 4 <i>m</i>			ご飯・汁物			ご飯	:+		-	ご飯・	· + 4/m			ご飯・				ご飯・汁4	הל חל		一个合石	- 汁物	
			71 123 F—F			デザート			デサ				デザ				デサ				デザート				71 123 F—F	
栄養価	エネルギー	一 たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質 脂質		エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギ-	一 たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質 服	i質 食塩相当		たんぱく質	脂質	食塩相当量
不食叫	(kcal) 988.0	(g)	(g) 26.6	(g) 4.9	(kcal) 952.0	(g) (g) 23.0 29.		(kcal) 1010.0	(g) 26.5	(g) 30.7	(g) 3.7	(kcal) 930.0	(g) 36.6	(g) 28.2	(g) 4.0	(kcal) 900.0	(g)	(g) 23.2	(g) 3.6	(kcal) 1093.0	(g)	g) (g) 2.9 4.7	(kcal) 980.0	(g) 33.2	(g) 28.5	(g) 3.1
<u> </u>	200.0		0.0	1				. 3 . 5.5	0.0				- 3.0	_0.2	1	500.0	_0.0	_0	1 3.0				300.0	-0.2	0.0	

[※] 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。









Ħ		1)月7日			10,5	18日			10月	9日			10月	10日			10月	11日			10月1	2日			10月	13日	
曜日			(月)			()	k)			(オ	()			(7	木)			(≰	⊵)			(±)			(E	1)	
		ご飯・	汁物∙漬物	9		ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯・汁	物∙漬物			ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯∙汁	物・漬物			ご飯・汁物	勿∙漬物			ご飯・汁	物∙漬物	
	,	゚゚ン・ジャ	ム・マーガ	ブリン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガリ	ン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	,	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム・	マーガ	リン	パ	ン・ジャム	マーガリ	ノン
		和風ス	クランブル	L		カレーフラ	ライドポテ	.	糸	骨さやと玉	子のソテ-	_	ウィ	ンナーと	野菜のソ	テー		фī	で卵		ı	肉団子のチ	・リソー:	ス		だし巻	き卵	
朝食		納豆・ふ	りかけ・海	苔	i	納豆・ふり	かけ・海	苔	i	納豆・ふり	かけ・海苔	\$	ត៍	納豆・ふり	かけ・海	苔		納豆・ふり	かけ・海	苔	á	納豆・ふりだ	ゕけ・海:	苔	¥	内豆・ふり	かけ・海津	
		マカロ	コニサラダ		τ)じきと大	豆の煮付	tt		切干	大根			ししゃ	もフライ		竹輪。	ヒキャベツ	の味噌っ	マヨ和え	イ :	ンゲンの胡	麻マヨ	和え	小	公菜ときの	この白利	ロえ
		4	ナラダ			サ :	ラダ			サ.	ラダ			サ :	ラダ			サ:	ラダ			サラ	ダ		リ	ラダ・コー	-ンフレー	-ク
			牛乳			4	乳			4	乳			ジュ	ース			4	乳			牛乳	Ł		4	‡乳・コー	ヒー・紅剤	茶
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく! (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)
	703.0	23.9	22.8	2.5	805.5	22.5	23.2	2.8	934.5	29.9	28.5	4.3	852.5	29.5	33.2	3.3	791.0	27.2	29.4	2.8	896.5	23.9	32.8	2.9	647.5	22.9	18.5	2.9
		きのこの	和風パス	タ		親一	子井	1		わかめ	うどん			たまご	カレー			五目味噌	ラーメン	,	*	売の野菜	あんか	H		豚肉ごぼ	う炒め丼	:
	_	ぼうレモ	ャベツのサ	+= <i>\f</i> i	13.5	れん草と	י ת יל ב	·		竹輪3	E 8ºA			ミックフ	くサラダ			揚げ	公 工		→	`ロッコリー(のゴマチ	n >		もやしの	h 華 温 i	
昼食		14 JCT	V- () () (77	18.7	1670年6-		<i>,</i> –		川井間ノ	1			2007	(9))			7 2 211/	赵丁			1 919-	<i>77</i> ⊒ ₹ ₩	н .⁄_		4 (CO)	下半次し	
R			パン							混ぜご飯	(ゆかり)							ライ	イス			ライ	ス					
	ベ-	ベーコンとキャベツのスープ キャベツと油揚げの味噌汁					噌汁						4	-乳							中華きの	ニスーフ	ĵ	٦	一ンと玉蓍	葱のスー	プ	
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく! (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)
	694.0	19.6	22.7	5.1	843.0	35.6	24.9	4.9	824.0	19.2	10.7	4.6	846.0	22.5	22.8	3.8	1183.0	33.4	23.1	8.7	908.0	28.8	18.5	6.5	722.0	22.6	20.3	2.7
	ㅎ시	しぴら紫	徒内&コ !	ロッケ	:	秋刀魚	のフラ・	1		の柚子 &コーン		ース	チ	ーズハ	ンバー	グ	;	和風マー	−ポ豆	廣	ᅔ	ゃべつメ &鯖のは			鶏む	ね肉の剤	飲おろし	しだれ
夕		副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜	
食	白菜。	とブロッ	コリーの: 煮	クリーム	栗	かぼちゃ	の含め	煮	則	月太子ス/	パゲッテ	1		うれん ፤ ピーナ:			スパ	ゲティとレ	/ タスの	サラダ	バン	サンスー(中華和	口え物)		そぼろは	じゃが	
		= 1	仮•汁物			ご飯	- 汁物			ご飯・	汁物			ご飯	•汁物			ご飯・	·汁物			ご飯・	汁物			ご飯・	汁物	
		7	ザート			デサ	ドート		デザート					デサ	ド ート			デサ	<u>-</u>			デザ	- ト			デザ	− ト	
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく! (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	892.0	22.3					882.0 23.3 19.5 3.9 9				955.0 31.1 15.7 3.9					5.1	903.0	27.8	24.5	5.1	1088.0	28.4	36.1	4.6	944.0	34.6	25.5	6.4

[※] 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。









B	-						10月	15日			10月	16日			10月	17日			10月	18日			10月1	9日			10月	20日	
曜日			(月)				()	k)			(7)	()			(7	木)			(4)			(±	:)			(1)	
		Z1	仮•汁物·	漬物			ご飯・汁	物・漬物	1		ご飯・汁	物·漬物			ご飯∙汁	物∙漬物			ご飯・汁	物∙漬物			ご飯・汁物	勿・漬物			ご飯・汁	め・漬物	
	,	パン・シ	ジャム・マ	ーガリ	ン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	15	ン・ジャム	・マーガリ	ノン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	,	パン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム・	マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガリン	
	トマ	た入り	スクラン	ブルコ	ロッグ		焼き	なす			鯖の塩	遠焼き			ф-	で卵		ほうれ	ん草とマカ	ロニのク	リーム煮		だし巻	き卵			野菜コ	ロッケ	
朝食		納豆	・ふりかり	ナ・海苔	₹	រាំ	納豆・ふり	かけ・海	苔	i	納豆・ふり	かけ・海苔	\$	á	納豆・ふり	かけ・海	苔		納豆・ふり	かけ・海 [:]	苔	ŕ	納豆・ふりか	ゕけ・海	苔	វ	納豆・ふり	かけ・海苔	
		茹で!	野菜の⊐	マ風明	‡	U	じきと白	滝の煮作	けけ		小松菜の	胡麻和え	_	ポ	テトと鮭の	ホクホク	和え		大根の明	月太和え			そぼろ肉	じゃが		ひじる	きと切干ス	根のきんぴら	6
			サラダ	•			サ :	ラダ			#5	ラダ			サ	ラダ			サ =	ラダ			サラ	ダ		1	ラダ・コー	-ンフレーク	
			牛乳				4	·乳			4	乳			ジュ	.ース			4	乳			牛乳	扎		4	‡乳・コー	ヒー・紅茶	
栄養価	エネルギー (kcal)	- t:W	ぱく質 g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kçal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	- たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kgal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kgal)	たんぱく質 (g)	脂質 食塩	相当量 (g)
	661.0	+		21.7	2.2	684.0	20.3	16.6	3.9	838.0	27.7	27.8	3.3	801.0	29.1	26.3	2.3	682.5	20.8	17.6	2.5	803.0	24.5	19.9	3.3	766.5	20.9		3.0
		チキ	ンソース	かつき	‡		カレー	うどん	1		プル=	ギ丼	I		ひとロカ	リツカレー	ı		スタミナ	ら一めん		Я		の塩炒	め		かき揚	げそば	
		切干	大根の	炒め煮	į	Ŀ	ピーマン肉	詰めフラ	ライ		もやしのま	じそ和え	Ł		ミックス	スサラダ			筍の中	華炒め			焼売のカレ	ノ一揚け	ř	7	カメとしめ	じの煮浸し	
昼																													
艮	食						ライ	イス											/s	ン			ライ	ス			混ぜご飯	(ゆかり)	
	Œ	まうれん	ん草と麩	の味噌	計					ほうれん草と玉葱のスープ					4	-乳						われ	かめと玉葱	の卵ス・	ープ				
栄養価	エネルギー (kcal)	- t:h		脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量	エネルギー (kcal)	- たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 食塩	相当量 (g)
	1227.0			17.7	4.6	1065.0	24.5	33.6	6.3	772.0	23.1	26.5	3.4	926.0	28.3	25.8	4.0	539.0	20.4	15.1	7.7	864.0	26.2	24.8	2.5	783.0	19.8		4.3
	おろし和風ハンバーグ						▼挽肉と ・イスタ				唐揚げる	ヒニラヨ	<u> </u>	Į.	家肉の生	生姜烷	ŧ		キンカレ カポチャ				とんだ	かつ		タンド	リーチキ	・ン&魚フラ	ライ
	&イワシフライ					4	1/7		^		7E 76.7 C — 7 —							•	ハハナヤ	10%									
夕食	副菜						副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜	
良	さつま芋のきんぴらバター風味					オク	ラと大根	₹のごま	和え	.	ロ風スパケ	ゲッティ・	_		里芋の	揚げ出し		ケ輪と	キャベツ	の味噌	マヨ和え		アサリク	D&J-		ほうれん	ん草とか	ぼちゃのソラ	- -
	ご飯・汁物					.,, ,	ご飯・		•	"	ご飯・					· ·汁物		13 710	· 、、 ご飯・	–	, широс		ご飯・			10. 5.10.	ご飯・		′
			デザー													-71 1 90 デート			デザ				デザ-				デザ		
24.44.17	エネルギー	- t=h,		-	食塩相当量	デザート			デザート				エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー		脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質		食塩相当量	エネルギー	ナッ たんぱく質	脂質 食塩	相当量	
栄養価	(kcal)	(g)	脂質 (g) 21.9	(g) 6.5	(kcal) 977.0	21.3	(g) 25.8	(g) 5.1	(kcal)	(g) 27.0	脂質 (g) 31.0	(g) 3.8	(kcal)	(g) 23.2	(g) 38.9	(g) 3.4	(kcal) 954.0	23.7	(g) 24.1	(g)	(kcal) 992.0	26.1	脂質 (g) 24.8	(g) 4.3	(kcal) 812.0	(g) 30.9	(g) ((g) 4.3
	1022.0	2	0.0	21.9	0.0	9//.0	21.3	20.6	1.6	1046.0	27.0	31.0	3.0	1009.0	23.2	30.9	3.4	904.0	23.1	24.1	ა.ა	992.0	20.1	24.0	4.3	012.0	30.9	17.3	4.0

[※] 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。









B					10月22日				10月23日					10月	24日			10月	25日			10月	26日			10月	27日	
曜日		(J	1)			(1)	()			(7)	k)			()	k)			(≰)			(=	±)			(E	1)	
		ご飯・汁	物∙漬物			ご飯・汁	物・漬物			ご飯・汁	物・漬物			ご飯・汁	物・漬物			ご飯・汁	物∙漬物			ご飯・汁	物・漬物			ご飯・汁	物・漬物	
	バ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガリ	ノン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン	パ	ン・ジャム	・マーガ	リン
	オ ⊿	シレットリヨ	ネーズオ	ポテト		かぼちゃの	のコロック	ל		ミックスス	クランブノ	L		だし着	きき卵			ハム野	菜炒め			キャベツ	メンチカ	ツ		わかめの	ツナ炒め	b
朝 食	i	納豆・ふり	かけ・海	苔	á	納豆・ふり	かけ・海	苔	á	納豆・ふり	かけ・海	当	i	納豆・ふり	かけ・海	苔	រាំ	納豆・ふり	かけ・海	苔	រាំ	納豆・ふり	かけ・海	苔	ត៍	納豆・ふり	かけ・海	苔
	オム	ブトふテルヨ	ネーズオ	ポテト	:	花野菜の:	コンソメネ	煮	:	和風マカロ	ロニサラタ	Ţ,	1	ひじきと枝	豆の煮物	勿		ゆて	卵		ほう	れん草と	コーンの	ソテー	ブロッ	/⊐リーの∃	辛子マヨ:	ネーズ
		サラ	•			サ.	•				ラダ			サ.	•			サラ	•				ラダ		ť	トラダ・コー	-ンフレー	-ク
		牛				牛					-乳	I		牛		T		牛		Laurana			·乳			牛乳・コー		-
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)		たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)		たんぱく質 (g)	 	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	789.5	23.2 肉ご ほ	27.3	3.2	817.0	21.5 かき玉・	23.6	2.6	927.5	27.5	31.8	3.0	739.0	25.7	21.8	3.4	736.5	26.8 し鶏と葱 <i>0</i>	23.7	2.8	886.5	27.9	^{28.5} 尭きそば	2.9	767.0	21.5 鯖の七	32.9	2.3
昼食	里芋の野菜あんかけ 昼 食					さつま	₹芋天		香味野菜の青じそ風味				*	ぃんこんポ	゚゚゚゚テトサラ	ダ		焼き	餃子			野菜〓	ロッケ			冷	奴	
		春雨		混ぜご飯(ゆかり)					中華きの		,		コンソメシ	ジュリアン	,		71	' ス		_	うかしと人	イス 参のスー	-プ		ライ 味噌けん			
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	804.0	21.2	13.0	4.4	821.0	19.8	8.4	4.3	1249.0	28.2	15.1	5.6	699.0	19.8	15.0	3.8	1058.0	33.4	17.5	7.7	777.0	19.6	13.5	3.3	926.0	32.4	32.3	2.6
		八三	菜		ポーク	焼肉とイ	′カリン:	グフライ	ハンバ	、 一グデ	ミグラス	ソース	鶏肉 の	 洋風	精け8 ピリ辛	イカと 和え	厚揚け	[*] と挽き	肉の中	華炒め	ハンバ	ベーグト 白身魚	マトソ・	ースと		豚二	ラ玉	
夕食		副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜			副	菜	
艮		高菜	冷奴		7	大根のそ	ぼろあん	٨	オク	ラと白滝	きのゴマ	和え	スパケ	デティとし	タスの	サラダ	看	豚雨の中	華和え	物		大根の村	毎肉和え	ŧ	小松	菜とひじ	きのゴマ	マ和え
		ご飯・	汁物			ご飯・	·汁物			ご飯・	∙汁物			ご飯・	汁物			ご飯・	汁物			ご飯・	•汁物			ご飯・	汁物	
		デザ				デザ			デザート					デザ	•			デザ					ドート			デザ	-	
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	(kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	(kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	(kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	881.0	25.1	21.4	4.2	1050.0	26.5	39.1	4.5	969.0	25.8	25.0	5.2	1012.0	28.2	28.8	5.1	1006.0	33.4	32.5	5.3	940.0	24.2	21.6	4.8	1012.0	34.4	36.9	5.6

[※] 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。