

令和6年8月分

日	曜	献立名	食 品 名			カロリー (kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	
			赤の仲間 血や肉や骨になるもの	緑の仲間 からだの調子を整えるもの	黄の仲間 エネルギーになるもの				
26	月	牛乳	主食・おかず・牛乳	赤の仲間 血や肉や骨になるもの	緑の仲間 からだの調子を整えるもの	黄の仲間 エネルギーになるもの	655	16.4	14.7
			ちくわカレー	ぎゅうにゅう ちくわ スキムミルク	たまねぎ にんじん えだまめ セロリ にんにく	こめ おしむぎ ジャがいも あぶら カレー粉			
27	火	牛乳	フルーツカクテル		みかん パイン	ゼリー	618	26.3	17.1
			小型コッパン	ぎゅうにゅう		パン			
			夏野菜のミートスパゲティ	ぶたにく ぎゅうにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん なす スズキーニ トマト	スパゲティ あぶら			
28	水	牛乳	コーンサラダ	ツナ	コーン カリフラワー にんじん	イタリアンドレッシング	592	16.6	14.9
			ごはん	ぎゅうにゅう		こめ			
			イワシのかぼすレモン煮 和え物	イワシのかぼすレモンに	はくさい ほうれんそう にんじん	さとう			
29	木	牛乳	かぼちゃのみそ汁	ワカメ あぶらあげ みそ	かぼちゃ たまねぎ えのきたけ しいたけ にんじん		605	27.3	16.9
			米粉食パン ミルメーク	ぎゅうにゅう		パン こめこ ミルメーク			
			洋風煮	ウインナー	にんじん たまねぎ ヤングコーン キャベツ えだまめ	じゃがいも			
30	金	牛乳	マカロニサラダ		ブロッコリー にんじん	マカロニ ノンエッグマヨネーズ	664	18.2	18.9
			キムタクごはん	ぎゅうにゅう ぶたにく	はくさいキムチ たくあん いんげん にんじん	こめ ごまあぶら			
			春雨スープ ごま団子		たまねぎ はくさい にんじん たけのこ チンゲンサイ ほししいたけ	はるさめ ごまあぶら ごまだんご			

物資の購入、その他の都合による変更をご了承ください。