

給食だより（普通食・完了食）

「コンセプトメニュー」には*マークをつけています。

	月	火	水	木	金	土
9時			●牛乳 ベビーせんべい ごはん 米 白身魚の味噌焼き ホキ しょうが しよとう みそ 濃口しょうゆ きりりん風 キャノーラ油 さつま芋も さつま芋も ピーマンソテー ピーマン ニンジン 黄サトウ 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 中華スープ 焼うどん ★とろろがらスープ ごま油	●牛乳 はいはいん カミカミ中華丼 米 たねぎ ぶたまねぎ はくさい にんじん ★ちくわん 系ノーマル ★とろろがらスープ ★とろろがらスープ 濃口しょうゆ 粉油 かきマヨネーズ キャベツのサラダ きゅうり 赤豆酢物 豆腐汁 淡口しょうゆ パセリ みそ汁 かぼちゃ 緑豆 カボチャ みそ 混合削りぶし 完了食)こんにやく除去	●牛乳 おかずにはし *元気もりもりスープ ごはん 牛肉と高野豆腐の和風煮 きゅうり ゆめこん だいたい ★ちくわん ★とろろがらスープ 濃口しょうゆ 小松菜の中華和え こまつな ごま油 ひじり うすくし 濃厚しょうゆ ★とろろがらスープ ★ごま油 塩ダレソース	●牛乳 はいはいん チャーハン 米 ぶたひき肉 たまねぎ グリーンピース しお みりん 濃口しょうゆ キャノーラ油 厚揚げの炒め物 あやめ きしめん うすくし 濃厚しょうゆ コンソメスープ ブロッコリー ほうれん草 ★フライ
☆						
3時			●牛乳 牛乳 ももゼリー もも缶 水 さとう アガー	●牛乳 牛乳 ろこし&きゅうり とろろ もろこし きゅうり きゅうり さとう 濃口しょうゆ 果糖液 濃厚しょうゆ	ほうじ茶 ほうじ茶 いなりにぎり 米 あげ あとう 濃口しょうゆ	●牛乳 牛乳 キラキラゼリー カラメル 水 水 さとう かんてん
			E kcal - 448kcal 蛋白質 19.4g 脂質 8.9g 食塩 1.4g	E kcal - 484kcal 蛋白質 18.9g 脂質 14.7g 食塩 1.9g	E kcal - 558kcal 蛋白質 19.9g 脂質 13.5g 食塩 1.6g	E kcal - 483kcal 蛋白質 18g 脂質 17.5g 食塩 1.4g
9時	6	7	8	9	10	11
●牛乳 むらさきいもせんべい ごはん 鯖の味噌煮 さば しょうが すり酒 さとう みそ 赤だし みりん 南蛮 瓜 かぼちゃ 牛肉と糸こんにゃくの甘辛炒め ゆでたまご 糸こんにゃく たけのこ にんにく に混ぜる 混合削りぶし 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ すまし汁 白だし すまし汁 白だし すまし汁 白だし 混合削りぶし	●牛乳 やさしいはいはいん *モテメニュー* 洋風ちらし寿司 米 穀物酢 さとう しょうゆ ツナ缶 じゃがいも コーン にんじん のり 豆腐チャンプル 焼うどん ★ハムステーキ たまご ゴマ 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ セタースープ ピーマン ピクルス アスパラのき しお 淡口しょうゆ 混合削りぶし	●牛乳 ベビーせんべい ごはん 米 ●スパニッシュオムレツ たまご ベーコン マカロニ たまねぎ じゃがいも グリーンピース しお キャノーラ油 ケチャップ ウスターソース さやインゲン さとう 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ ラーメンサラダ 中華そば ピーマン ハム さとう 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ 穀物酢 ごま油 ★とろろがらスープ みそ汁 だいこん にんじん あぶらあげ みそ 混合削りぶし	●牛乳 はいはいん 高野入りギーマカレー 米 たねぎ ぶたまねぎ はくさい にんじん ★ちくわん 系ノーマル ★とろろがらスープ 濃口しょうゆ 粉油 かきマヨネーズ わかめサラダ かきマヨネーズ きゅうり 濃厚しょうゆ りんご りんご	●牛乳 おかずにはし *元気もりもりスープ ごはん 鶏肉の唐揚げ とり肉 しお うり酒 濃口しょうゆ みりん かたくり粉 コーンスターチ キャノーラ油 人参のつや煮 人参 にんじん さとう 白菜のごま和え はくさい きゅうり 白ごま油 濃口しょうゆ *◇つぶつぶコーンのスープ コーン かぼちゃ たまねぎ みそ ★とろろがらスープ ★フライ	●牛乳 はいはいん なめしごはん 米 菜めし 米粉の冷やしきざみあげうどん フオー あぶらあげ にんじん おくら さとう 濃口しょうゆ 混合削りぶし みりん さとう 淡口しょうゆ くずし豆腐の野菜あんかけ 焼うどん とうふ きんぴら ぶた肉 さやインゲン 混合削りぶし 濃口しょうゆ	
☆	完了食)白身魚に変更 完了食)こんにやく除去		たまご)スパニッシュオムレツ→ 鶏ミンチのミートローフに変更 たまご)ハム→★ハムステーキ	完了食)りんごのコンポートに変更	完了食)鶏肉のグリルに変更	
3時	●牛乳 牛乳 フライドポテト ポテト しお キャノーラ油	●牛乳 牛乳 ゼリーポンチ オレンジジュース 水 さとう かんてん 水 さとう かんてん 水 さとう	●牛乳 牛乳 フルーツヨーグルト プレーンヨーグルト バナナ さとう	●牛乳 牛乳 野草と果実ゼリー 野草と果実ジュース 水 さとう アガー	●牛乳 牛乳 大根もち だいこん ミックスベジタブル しお こめ粉 かたくり粉 濃口しょうゆ ★とろろがらスープ ごま油	●牛乳 牛乳 いちご豆乳パンナコッタ いちご とうにゅう さとう アガー
☆	完了食)焼きポテトに変更					
	E kcal - 560kcal 蛋白質 20.4g 脂質 26.5g 食塩 2g	E kcal - 515kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.3g 食塩 2.5g	E kcal - 568kcal 蛋白質 24g 脂質 21.8g 食塩 2.5g	E kcal - 516kcal 蛋白質 18g 脂質 17.2g 食塩 2g	E kcal - 520kcal 蛋白質 20.2g 脂質 20.8g 食塩 2g	E kcal - 530kcal 蛋白質 18.1g 脂質 14.2g 食塩 1.4g

