

8月の献立表				1日(金)	
<p>発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。</p>				<p>とろりあんかけ親子丼 清汁 青菜と高野豆腐の和え物 すいか</p> <p>634/35.5/4.1</p>	
4日(月)		5日(火)		6日(水)	
<p>ごはん みそ汁 白身魚フライ&海老フライ★ ひじきの煮物 バナナ</p> <p>701/24.2/4.2</p> <p>1 1日(月)</p>		<p>カレーうどん 胡麻味噌和え あんみつ風 麺の汁を全て飲んだ時の値です。</p> <p>658/21.3/9.9</p> <p>1 2日(火)</p>		<p>パン 野菜スープ シーフードグラタン もやしのカレーサラダ オレンジ</p> <p>719/38.2/4.0</p> <p>1 3日(水)</p>	
7日(木)		8日(金)世界の料理 (ハワイ)		8日(金)世界の料理 (ハワイ)	
<p>夏野菜のかき揚げ丼 清汁 茄子の鴨炊き バニラアイス</p> <p>637/15.9/3.0</p> <p>1 4日(木)日本の郷土料理 (沖縄県)</p>		<p>ココモコ丼 三色野菜スープ 南瓜サラダ パイナップル</p> <p>731/24.0/3.3</p> <p>1 5日(金)世界の料理 (チュニジア)</p>		<p>ワントン麺 ちんげん菜とハムの中華和え マンゴーダイスカット 麺の汁を全て飲んだ時の値です。</p> <p>541/22.9/7.5</p> <p>1 9日(火)</p>	
<p>山の日</p> <p>カロリー/たんぱく質/塩分</p> <p>1 8日(月)</p>		<p>小麦とろみそ汁 赤魚の煮付け 胡瓜と茗荷の胡麻酢和え ミニ鯛焼き</p> <p>631/27.5/3.6</p> <p>2 0日(水)世界の料理 (イギリス)</p>		<p>★タコライス 野菜スープ 人参サラダ キウイフルーツ</p> <p>664/25.7/4.0</p> <p>2 1日(木)世界の料理 (中国)</p>	
<p>鶏肉のトマトクリーム煮込み カリフラワーと枝豆のマヨサラダ いちごロールケーキ</p> <p>689/34.1/3.4</p> <p>2 5日(月)</p>		<p>ごはん たっぷり葱生姜スープ かき玉あんかけ豆腐 揚げ餃子 オレンジ</p> <p>696/27.9/4.2</p> <p>2 6日(火)</p>		<p>パン かぶのスープ ★フィッシュアンドチップス パイナップル</p> <p>612/28.5/3.6</p> <p>2 7日(水)</p>	
<p>海老ピラフ パンプキンポタージュ 三色野菜サラダ シュークリーム</p> <p>643/19.6/2.7</p>		<p>とうもろこしごはん みそ汁 めばるの照り焼き 切干大根のフレンチサラダ 今川焼き</p> <p>649/29.5/3.0</p>		<p>ごはん わかめスープ チンジャオロース 春雨サラダ すいか</p> <p>654/29.2/2.8</p> <p>2 8日(木)</p>	
<p>冷やし中華 にらともやしのナムル 杏仁豆腐</p> <p>602/32.9/2.2</p>		<p>生薑ごはん みそ汁 カレーの揚げおろし煮 梅肉おなか和え オレンジ</p> <p>603/24.4/2.4</p>		<p>2 9日(金)</p>	

★←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です🐧