

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)日本の郷土料理・宮城県	7日(金)
カツカレーライス だいこん 大根サラダ オレンジ	パン コーンポタージュ すいようざ 水餃子ときのこのラザニア風  チョコパウンドケーキ	むぎ 麦とろ みそ汁 あかうお 赤魚の煮付け きゅうり みょうが ごま すあ 胡瓜と茗荷の胡麻酢和え む まんじゅう 蒸し饅頭	 まーぼう や 麻婆焼きそば さい チンゲン菜とハムの中華和え  パイナップル 	しる ゆかりごはん みそ汁 さば しおや 鯖の塩焼き きんぴら 金平ごぼう いまがわ やき 今川焼き
674/14.1/3.8 10日(月)	701/23.0/6.0 11日(火)	597/26.5/3.7 12日(水)	728/34.4/4.1 13日(木)	623/26.5/3.6 14日(金)世界の料理・韓国
きのこそば ごま みそ あ 胡麻味噌和え もも フルーチェ(桃) 麺の汁を全て飲んだ時の値です。		えび 海老クリームライス やさい 野菜スープ グリーンサラダ こうちや 紅茶シフォンケーキ	ねぎしょうが ごはん たっぷり葱生姜スープ たま かき玉あんかけ豆腐 そう もやしとほうれん草のナムル オレンジ	 ビビンバ わかめスープ ちゅうかあ なすの中華和え  バナナ
546/22.4/10.8 17日(月)	18日(火)	683/21.9/3.8 19日(水)世界の料理・ベトナム	582/26.3/3.4 20日(木)	736/28.4/4.0 21日(金)世界の料理・中国
ごはん みそ汁 しおや ホッケの塩焼き かぼちゃ 南瓜のそぼろあんかけ や しっとりどら焼き	パン ミネストローネ スパゲティーサラダ ワッフル	 ふ ベトナム風フォー  しゅうまい はるま 焼売&春巻き あんぱん 杏仁豆腐 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	てんどん 天丼 すましじ 清汁 とうがん 冬瓜のカニあんかけ まんじゅう もみじ饅頭	ごはん スーミータン  チンジャオロース やさい ミックス野菜のナムル なし 梨
623/31.2/3.5 24日(月)	649/28.2/3.3 25日(火)	630/31.2/7.4 26日(水)世界の料理・アメリカ(ハワイ)	587/18.2/4.1 27日(木)	598/31.0/4.0 28日(金)
ごはん みそ汁 アジフライ にもの ひじきの煮物 オレンジ	パン さんしよく やさい 三色野菜のスープ えび 海老グラタン バナナ	 どん ロコモコ丼   やさい 野菜スープ  パイナップル 	 しる とうもろこしごはん みそ汁 て めばるの照り焼き き ぼ だいこん 切り干し大根のフレンチサラダ  なし 梨	ひ 冷やし中華 にらともやしのナムル こおり かき氷(ガリガリ君)
659/26.1/3.6 31日(月)世界の料理・インドネシア	680/31.1/3.9	736/26.0/3.4	591/28.6/3.4	590/31.9/2.2
ふ ナシゴレン風  ワントンスープ ごます あ 胡麻酢和え(春雨) カクテルゼリー	 今年も暑い夏がやって来ましたね。 施設の給食も、暑い夏の期間でも食べたいような メニュー作りに努めて行きたいと思います。暑さで 食欲がない等ありましたら、お気軽にご相談下さい。	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。		
686/27.5/3.1	カロリー/たんぱく質/塩分			