



	月	火	水	木 8月1日	金 8月2日	土 8月3日	日 8月4日	
おひるごはん				<p>ご飯 鶏肉のみそ漬け炒め 夏野菜の和風和え すまし汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのから揚げ 小松菜と豚肉のとろみ煮 みぞ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>サラダうどん ヨーグルト フルーツ(バナナ)</p>		
				Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/11.2/7.8/47.0/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/12.9/7.6/41.5/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 229/6.8/5.9/38.4/1.9		
	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	
おひるごはん	<p>豚肉のとろみあんかけ丼 大根のしらすサラダ みぞ汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイのコロコロ焼き ほうれん草と鶏肉のくたくた煮 スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>●ごま塩ご飯 ●どんべい風キャベツ焼き ●焼きもろこし みぞ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 豆腐と鶏肉の煮物 玉ねぎと夏野菜の醤油炒め みぞ汁</p>	<p>ポークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ジャージャー麺 ヨーグルト フルーツ(バナナ)</p>	山の日	
				Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/10.7/8.4/39.7/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/10.9/8.2/45.2/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 330/12.2/8.2/54.9/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/11.8/9.2/39.9/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/11.5/9.7/47.6/1.1
おひるごはん	振替休日	<p>冷やし鶏ソーメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ(洋梨缶)</p>	<p>ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ ほうれん草と人参の煮物 具だくさん汁 フルーツ(みかん缶)</p>	<p>お魚たちとのふれあいたのしそうですね～。</p>				
				Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.5/5.3/41.9/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.8/6.3/44.0/0.6			

※都合により、献立を変更する場合がございます。