



週間献立表

	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)	7月2日(日)
朝食	ごはん 納豆 豚肉と大根の炒り煮 香の物 みそ汁	ごはん 高野豆腐の含め煮 もやしのお浸し 香の物 みそ汁	ごはん ちくわの甘辛煮 白菜の磯和え えびみそ みそ汁	ごはん 豆腐のそぼろがけ ほうれん草のお浸し ふりかけ みそ汁	食パン ジャム スクランブルエッグ キャベツのツナ和え クリームポタージュ	ごはん 一口がんもの煮物 白菜のゆかり和え ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 野菜つみれの煮物 香の物 みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	鶏照り丼 かぼちゃの煮物 白菜の青じそ和え みそ汁	ごはん 黄金カレーの香味蒸し 五目豆腐 青菜としらすの和え物 みそ汁	ごはん 豚梅みそ焼き なすの揚げ浸し フロッコリーサラダ お吸い物	ごはん 鶏肉の奄田揚げ かぶの煮物 白菜のからし和え みそ汁	ごはん あじの漬け焼き 鶏ひき肉とじゃが芋の煮物 大根の浅漬け お吸い物	ごはん 鶏のクリーム煮 キャベツのサラダ パインゼリー コンソメスープ	ごはん たららの南蛮漬け風 ひじきの煮物 青梗菜のナムル みそ汁
おやつ	レティーポーションアイス	クリームパン	カフェオレゼリー	ずんだどら焼き	セレクト	バウムクーヘン	せんべい
夕食	ごはん 白身フライ&ホタテフライ ほうれん草のバターソテー 沢庵 りんご缶	ごはん 豚肉と野菜の中華炒め えびしょうまい ザーサイ 黄桃缶	ごはん ぶりの照り焼き もやしと人参の炒め物 茶福豆 みかん缶	ごはん さばの生姜煮 れんこんきんぴら きゃらぶき パイン缶	ごはん 鶏肉の玉葱ソース ツナといんげんのソテー 大豆と金時豆の煮物 洋梨缶	ごはん 赤魚の西京焼き 切り干し大根の炒め煮 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん 中華風卵焼き じゃが芋の煮物 ザーサイ バナナ
エネルギー	1529 Kcal	1439 Kcal	1531 Kcal	1432 Kcal	1433 Kcal	1381 Kcal	1382 Kcal
蛋白質	55.4 g	57.6 g	54.9 g	58.7 g	63.4 g	54 g	54.1 g
塩分	7.9 g	7.8 g	7.5 g	6.9 g	7.5 g	6.7 g	8.1 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

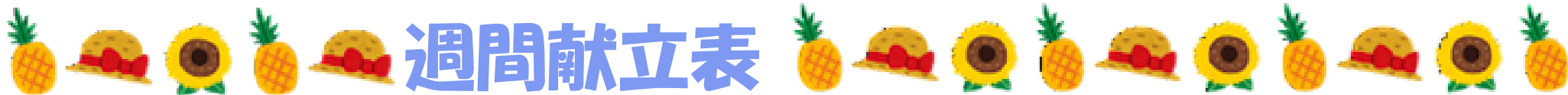
週間献立表

	7月3日(月)	7月4日(火)	7月5日(水)	7月6日(木)	7月7日(金)	7月8日(土)	7月9日(日)
朝食	ごはん 厚揚げの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え あみ佃煮 みそ汁	ごはん とろつくね 白菜のお浸し 香の物 みそ汁	ごはん しらすの卵とじ ほうれん草のなめたけ和え えびみそ みそ汁	ごはん ちくわの甘辛煮 温泉卵 ふりかけ みそ汁	食パン ジャム オムレツ ほうれん草サラダ コーンクリームスープ	ごはん 肉詰めいなりの煮物 白菜の和え物 ふりかけ みそ汁	中華粥 黒酢の肉団子 野菜炒め うめびしお みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のゆずこしょうソース さつまいもの甘煮 もやしと菜の花の和え物 みそ汁	ごはん ぶりのバター醤油焼き なすの含め煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁	ごはん 銀だらの西京漬け 冬瓜のかにあんかけ キャベツのポン酢和え みそ汁	ごはん メンチカツ・クリームコロッケ フロッキーソテー フレンチサラダ コンソメスープ	☆七夕☆ 七夕そうめん 真丈と生姜のあんかけ ちくわと胡瓜のツナ和え すいか 	ごはん 鶏肉の照り焼き 冬瓜の煮物 春雨サラダ みそ汁	吉野家特製親子丼 青菜と大根の白和え マンゴー缶 みそ汁 
おやつ	水ようかん	モカロールケーキ	チョコパン	炭酸まんじゅう	アイスクリーム	手作りココア蒸しパン	抹茶プリン
夕食	ごはん さばの塩焼き 鶏ひきとごぼうの旨煮 きゅうり漬け カクテル缶	麦ごはん 豚肉の玉葱ソース炒め 里芋の煮物 金時豆 りんご缶	ごはん 肉じゃが 野菜ソテー しぼ漬け 白桃缶	ごはん 白身魚のみりん焼き レバーとれんごんの旨煮 うずら豆 みかん缶	ごはん チキンソテー 大根の信田煮 青しその実漬け 洋梨缶	ごはん ベーコンのキッシュ ツナとフロッキーの炒め物 白花豆 黄桃缶	ごはん うなぎ カニの重ね蒸し 五目なます
エネルギー	1430 Kcal	1590 Kcal	1484 Kcal	1544 Kcal	1456 Kcal	1478 Kcal	1515 Kcal
蛋白質	56.4 g	54 g	55.3 g	58.7 g	48.8 g	57 g	62.5 g
塩分	6.7 g	6.2 g	7.2 g	7.7 g	9.2 g	8.1 g	8.6 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)	7月16日(日)
朝食	ごはん あんかけ五目玉子 白菜の和え物 あみ佃煮 みそ汁	ごはん 高野豆腐の含め煮 キャベツとツナのサラダ ふいかけ みそ汁	ごはん 納豆 大根とさつま揚げの炒め物 香の物 みそ汁	バターロール ジャム スクランブルエッグ ほうれん草のサラダ コンソメスープ	ごはん 豆腐ハンバーグ いんげんのごまマヨ和え えびみそ みそ汁	ごはん はんぺんのチーズのせ焼き 白菜とちくわの和え物 梅干し みそ汁	ごはん 炒り豆腐 おくらのおかか和え ふいかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 白身魚の揚げ浸し風 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の胡瓜和え お吸い物	ごはん 焼き肉 ポテトサラダ ほうれん草の中華和え みそ汁	冷やし中華 焼き餃子 ほうれん草ともやしのナムル パインムース	ごはん タンドリーチキン なすとピーマンの炒め物 白菜とえのきの和え物 コンソメスープ	ごはん あじの香味焼き ほうれん草の煮浸し マカロニサラダ みそ汁	ごはん ミートローフ ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ コンソメスープ	ごはん 赤魚のみりん焼き じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の辛子和え みそ汁
おやつ	シュークリーム	黒糖パンケーキ	そば饅頭	チョコドーナツ	ミニあんぱん	マンゴープリン	カスタードどら焼き
夕食	ごはん ポークチャップ もやしのソテー 大豆と金時豆の煮物 みかん缶	ごはん 千草焼き ひじきの煮物 香の物 白桃缶	ごはん 赤魚の漬け焼き かぶの洋風煮 きゃらぶき 洋梨缶	ごはん さばの塩しモン焼き ちくわと里芋の煮物 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん かぼちゃコロッケ・ホタテフライ じゃがいものポトフ 赤しその実漬け りんご缶	ごはん めばるの煮付け れんこんきんぴら うずら豆 パイン缶	ごはん 回鍋肉 冬瓜の中華煮 ザーサイ 黄桃缶
エネルギー	1451 Kcal	1533 Kcal	1387 Kcal	1448 Kcal	1575 Kcal	1378 Kcal	1504 Kcal
蛋白質	53.5 g	54.6 g	57.1 g	55.1 g	52.2 g	56.7 g	57.2 g
塩分	6.1 g	7.1 g	7.2 g	5.9 g	8 g	8.1 g	7.1 g



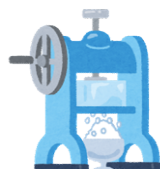
※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)
朝食	ごはん 豆腐のそぼろがけ 白菜のお浸し 昆布佃煮 みそ汁	ごはん がんもの煮物 白菜と青梗菜のお浸し ふいかけ みそ汁	食パン ジャム オムレツ フロッキーのドレッシング和え オニオンスープ	ごはん 厚揚げの治部煮 ベーコンといんげん炒め えびみそ みそ汁	ごはん といつくね 長芋とろろ 香の物 みそ汁	ごはん ウイナーソーテー ほうれん草のサラダ ふいかけ みそ汁	ごはん かにかま卵とじ 大根のマヨネーズ和え のい佃煮 みそ汁
10時	牛乳	牛乳	カフェオレ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き もやしのカレーソーテー 揚げ茄子のドレッシングがけ コンソメスープ	麦ごはん 赤魚の生姜煮 かぶのそぼろがけ ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁	みそラーメン 豆腐チャンプル ほうれん草のわさび和え レアチーズムース	ごはん たらのマスタード焼き きざみ昆布の炒り煮 大根サラダ みそ汁	ごはん さばの味噌煮 なすの含め煮 キャベツのおかか和え お吸い物	豚丼 小松菜と卵の炒め物 花野菜マリネ みそ汁	麦ごはん たらの香り揚げ いんげんのごま和え 卵豆腐 みそ汁
おやつ	手作り抹茶蒸しパン	カスタードケーキ	酒まんじゅう	クリームパン	杏仁豆腐	水まんじゅう	チョコババロア
夕食	ごはん 白身魚のポン酢かけ ひじきの煮物 うぐいす豆 カクテル缶	ごはん 豚肉の葱塩炒め 春雨サラダ きゃらぶき バナナ	ごはん 白身魚のタルタル焼き 鶏ひきとごぼうの旨煮 金時豆 マンゴー缶	麦ごはん 豚肉のみそ炒め かぼちゃの煮物 きゅうり漬け 白桃缶	ごはん 肉豆腐 れんこんの塩麹炒め うずら豆 パイ缶	ごはん あじの味噌漬け焼き かぶの土佐煮 白花豆 りんご缶	ごはん 和風卵焼き 里芋の煮物 うぐいす豆 みかん缶
エネルギー	1379 Kcal	1503 Kcal	1524 Kcal	1596 Kcal	1491 Kcal	1545 Kcal	1413 Kcal
蛋白質	55.2 g	53.7 g	61.9 g	53.6 g	54.4 g	57.7 g	56.7 g
塩分	6.8 g	7.4 g	8.5 g	7.9 g	7.1 g	7.2 g	7.4 g




※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。
 ※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表



	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)
朝食	ごはん 肉詰めいなり ほうれん草の磯和え ふいかけ みそ汁	ごはん 鶏肉と里芋の煮物 オクラのお浸し たいみそ みそ汁	ごはん 納豆 小松菜とさつまいもの煮浸し 香の物 みそ汁	食パン ジャム ウインナーと白菜のコンソメ煮 カリフラワーサラダ パンフキンスープ	ごはん 絹さやの卵とじ 白菜のゆかり和え のり佃煮 みそ汁	ごはん さつまいも揚げとピーマンの炒め煮 ほうれん草とカニカマの和え物 ふいかけ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 ほうれん草の和え物 ふいかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 夏野菜カレー コールスローサラダ 香の物 ジョア	ごはん 鶏肉の塩麹焼き ごぼうの甘辛炒め ほうれん草とえのきの和え物 みそ汁	ごはん ほきの和風ムニエル なすの含め煮 キャベツのサラダ みそ汁	海老ピラフ クリームコロッケ フロッコリー かぼちゃサラダ コンソメスープ	ごはん 金目鯛の煮付け さつまいもの煮物 春雨サラダ みそ汁	ごはん チキンステーキ もやしのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	うなぎ丼 なすとピーマンの炒め物 すいか すまし汁 
おやつ	黒糖まんじゅう	蒸しパンケーキ	メロンムース	バナナクレープ	いちごスイスロール	プリン	セレクト
夕食	ごはん 赤魚の粕漬け 切干大根の煮物 大豆と金時豆の甘煮 バナナ	ごはん かに玉 カレー風味の焼きビーフン ザーサイ カクテル缶	ごはん 豚肉のごま味噌炒め ぜんまい煮 ほうれん草のお浸し みかん缶	ごはん たら七味焼き 肉じゃが いんげんのポン酢和え 洋梨缶	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き なすの煮浸し 青しその実漬け マンゴー缶	ごはん ぶりの照り焼き 冬瓜のくず煮 金時豆 パイ缶	ごはん ハンバーグ 青梗菜ソテー 桜大根 黄桃缶
エネルギー	1468 Kcal	1412 Kcal	1431 Kcal	1566 Kcal	1463 Kcal	1423 Kcal	1424 Kcal
蛋白質	55.1 g	55.2 g	57.9 g	52.8 g	55.4 g	56.1 g	55.3 g
塩分	5.9 g	7.8 g	7.5 g	9.5 g	7.7 g	7.1 g	6.5 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

週間献立表

	7月31日(月)	8月1日(火)	8月2日(水)	8月3日(木)	8月4日(金)	8月5日(土)	8月6日(日)
朝食	ごはん 高野豆腐の含め煮 白菜とツナの和え物 えびみそ みそ汁						
10時	牛乳						
昼食	ごはん 鶏肉のみそ漬焼き ひじきの五目煮 ほうれん草のからし和え お吸い物						
おやつ	ずんだどら焼き						
夕食	ごはん 揚げ豆腐 大根の信田煮 青しその実漬け マンゴー缶						
エネルギー	1363 Kcal						
蛋白質	58.6 g						
塩分	7.5 g						
		Kcal		Kcal		Kcal	
		g		g		g	
		g		g		g	

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

埼玉さくらんぼ 11番館