

週間献立表

	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)	9月1日(日)
朝食	ごはん 納豆 大根とさつま揚げの炒め煮 ふりかけ みそ汁	ごはん といつくね 白菜のお浸し 青しその実漬け みそ汁	ごはん 厚揚げと大根の煮物 もやしの和え物 えびみそ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 いんげんのごまマヨ和え のり佃煮 みそ汁	食パン ジャム オムレツ ほうれん草のサラダ パンフキンスーフ	ごはん 豆腐バーグ オクラのおかか和え ふりかけ みそ汁	ごはん ちくわの甘辛煮 白菜の磯和え うめびしお みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	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 金目鯛の煮付け 冬瓜のかにあんかけ ポテトサラダ みそ汁	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め きのこのソテー きゅうりと昆布の中華和え みそ汁	ごはん さほの香味焼き 小松菜の煮浸し スパゲティサラダ みそ汁	ごはん ミートローフ キャベツのソテー もやしのサラダ コンソメスープ	ごはん あじの照り焼き じゃが芋のどぼろ煮 菜の花のからし和え みそ汁	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き なすの揚げ浸し ほうれん草のおかか和え みそ汁
おやつ	マドレーヌ	チョコ饅頭	醤油せんべい	マスカットゼリー	モカロールケーキ	セレクト	炭酸まんじゅう
夕食	ごはん ふくさ焼き かぶの洋風煮 きゅうり漬け りんご缶	ごはん メンチカツ ツナサラダ 白花豆 白桃缶	ごはん たらちのチーズ焼き 鶏挽とごぼうの旨煮 桜大根 バナナ	ごはん 親子煮 青梗菜のソテー うずら豆 みかん缶	ごはん 赤魚の煮付け れんこんきんぴら つぼ漬け パイン缶	ごはん 回鍋肉 冬瓜の中華煮 ザーサイ マンゴー缶	ごはん 鮭の香味焼き カリフラワーのソテー うぐいす豆 洋梨缶
エネルギー	1333 Kcal	1455 Kcal	1354 Kcal	1451 Kcal	1438 Kcal	1474 Kcal	1313 Kcal
蛋白質	58.4 g	51.4 g	51 g	58.5 g	59.5 g	58.2 g	55.7 g
塩分	6.3 g	7 g	7.5 g	6.5 g	7.1 g	7.7 g	7.3 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

	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)
朝食	ごはん はんぺんチーズのせ焼き オクラのお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ いんげんのごまマヨ和え たいみそ みそ汁	食パン ジャム オムレツ 青梗菜とツナのソテー コーンスープ	ごはん 厚揚げのみぞれ煮 菜の花のお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん しらすの卵とじ もやしのナムル えびみそ みそ汁	ごはん 納豆 豚肉と大根の煮物 赤しその実漬け みそ汁	ごはん といつくね キャベツの和え物 のり佃煮 みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん たら野菜あんかけ かぼちゃの煮物 もやしの和え物 みそ汁	ごはん カレーコロッケ フロッコリーのコンソメ煮 グリーンサラダ お吸い物	ごはん 鶏肉の竜田焼き かぶの煮物 春雨サラダ みそ汁	ごはん 白身魚の葱みそ焼き ごぼうの旨煮 キャベツと昆布の中華和え お吸い物	ごはん 千キンチャップ 小松菜の炒め物 カリフラワーのピクルス コンソメスープ	ごはん 銀だらのみりん焼き れんこんきんぴら 白菜のゆかり和え みそ汁	麦ごはん 揚げ豆腐きのごあん さつまいものレモン煮 いんげんのごま和え みそ汁
おやつ	クリームパン	塩せんべい	バウムクーヘン	チョコドーナツ	もみじまんじゅう	黒糖パンケーキ	プリン
夕食	ごはん 青椒肉絲風 春巻き 高菜漬け マンゴー缶	ごはん サバの塩レモン焼き ほうれん草のお浸し 大豆と金時豆の甘煮 りんご缶	ごはん ぶりの煮付け 切干大根の煮物 胡瓜漬け 黄桃缶	ごはん 中華飯 かに焼売 ザーサイ みかん缶	ごはん あじの塩麹焼き 五目豆腐 白花豆 パイン缶	ごはん かに入り卵焼き ひじきの煮物 たくあん バナナ	ごはん 鮭の味噌焼き かぶとつみれの炊き合わせ うぐいす豆 カクテル缶
エネルギー	1376 Kcal	1416 Kcal	1407 Kcal	1482 Kcal	1356 Kcal	1486 Kcal	1478 Kcal
蛋白質	54.4 g	52 g	56.6 g	54.1 g	60.5 g	58.7 g	54.6 g
塩分	6.4 g	6.8 g	8.8 g	6.6 g	7.9 g	8.3 g	6.7 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

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)
朝食	ごはん さつまいもの煮物 マカロニサラダ ゆずみそ みそ汁	食パン ジャム オムレツ イタリアンサラダ コンソメスープ	ごはん 高野豆腐の含め煮 カリフラワーの和え物 梅干し みそ汁	ごはん がんもの煮物 いんげんのピーナッツ和え ふいかけ みそ汁	ごはん 肉詰めいなの煮物 長芋とろろ あみえび佃煮 みそ汁	ごはん 炒り豆腐 オクラとしらすの和え物 ふいかけ みそ汁	ごはん 鶏肉と里芋の煮物 ほうれん草のわさび和え えびみそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のチーズ焼き もやしのソテー ほうれん草の磯和え お吸い物	ごはん 赤魚の煮つけ じゃが芋のどぼろ煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん 千キンカレー ツナサラダ 福神漬け ジョア	豚丼 刻み昆布の炒り煮 フロッコリーサラダ みそ汁	ごはん さばの西京焼き 青梗菜のソテー もやしの和え物 お吸い物	ごはん 豚肉のボン酢炒め なすの生姜あんかけ 南瓜サラダ みそ汁	ごはん お好み焼き風たまご焼き 焼きビーフン キャベツの塩昆布和え みそ汁
おやつ	手作り抹茶蒸しパン	カスタードケーキ	白い風船	酒まんじゅう	ドームケーキ	いちごパバロア	練り切り
夕食	ごはん 白身魚の梅肉焼き 里芋の煮っころがし しぼ漬け 白桃缶	ごはん 豚肉とにんにくの芽炒め物 なすの揚げ浸し うずら豆 マンゴー缶	ごはん 千草焼き ごぼうの煮物 胡瓜漬け 洋梨缶	ごはん たらこの揚げ浸し きんぴられんこん 金時豆 パイン缶	ごはん 千キンソテー さつまいもの甘煮 桜大根 バナナ	ごはん あじの和風ムニエル 白菜の信田煮 白花豆 りんご缶	ごはん 豆腐野菜ハンバーグ 小松菜の炒め煮 たくあん カクテル缶
エネルギー	1378 Kcal	1524 Kcal	1419 Kcal	1533 Kcal	1406 Kcal	1451 Kcal	1406 Kcal
蛋白質	55.6 g	51.1 g	56.6 g	53.9 g	55.5 g	54.4 g	52.9 g
塩分	6.8 g	7.2 g	7.7 g	7.5 g	6.4 g	6.2 g	8.4 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

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)
朝食	ごはん あんかけ五目玉子 白菜のゆかり和え のり佃煮 みそ汁	ごはん じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し ふいかけ みそ汁	食パン ジャム スクランブルエッグ フロッキーのサラダ クリームポタージュ	ごはん 厚揚げの含め煮 白菜のお浸し えびみそ みそ汁	ごはん ミートボール いんげんの和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 豚肉と大根の炒り煮 赤しその実漬け みそ汁	ごはん 鯛つみれの煮物 ほうれん草のごま和え 金山寺みそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	グレープジュース	牛乳	牛乳
昼食	【敬老の日】 赤飯 ぶり照り焼き 天ぷら 炊き合わせ 梨 お吸い物	ごはん 麻婆豆腐 春巻き 白菜の中華和え 中華スープ	ごはん たらこの南蛮漬け風 蓮根のみそ炒め 蒲鉾とキャベツの和え物 お吸い物	ごはん ビーフシチュー スパゲティサラダ マスカットゼリー コンソメスープ	海老ピラフ 白身魚フライ 野菜サラダ ジョア	ごはん あじのみりん焼き じゃが芋の煮物 白菜のわさび和え みそ汁	ごはん フルコギ風 なすの含め煮 キャベツの酢味噌和え お吸い物
おやつ	ケーキ	レモンケーキ	プリン	芋羊羹	抹茶パンケーキ	チョコパン	おはぎ
夕食	ごはん 鶏肉のハニーマスタート焼き 冬瓜の土佐煮 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん さほの山椒煮 もやしの炒め物 赤しその実漬け みかん缶	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め かぶの煮物 たくあん 黄桃缶	ごはん 鮭のおろし煮 青梗菜の炒め煮 大豆と金時豆の甘煮 パイン缶	ごはん 和風卵焼き レバー炒め 昆布佃煮 バナナ	ごはん 鶏肉の南部焼き ごぼうの旨煮 うずら豆 洋梨缶	ごはん さほの香味焼き かぶのくず煮 桜大根 カクテル缶
エネルギー	1458 Kcal	1416 Kcal	1528 Kcal	1482 Kcal	1465 Kcal	1385 Kcal	1458 Kcal
蛋白質	54 g	58.4 g	55.6 g	57.4 g	56.4 g	59.7 g	53.9 g
塩分	7.3 g	7.4 g	9 g	6.8 g	8.9 g	6.9 g	7.8 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

	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)
朝食	ごはん 厚揚げと里芋の煮物 白菜のお浸し あみえび佃煮 みそ汁	ごはん 豆腐のとぼろかけ キャベツの和え物 ふいかけ みそ汁	ごはん がんもの煮物 もやしのゆかり和え のり佃煮 みそ汁	食パン ジャム スクランブルエッグ キャベツのサラダ コーンスープ	ごはん はんぺんの煮物 ほうれん草のおかか和え たいみそ みそ汁	ごはん 納豆 小松菜の炒め煮 青しその実漬け みそ汁	ごはん じゃが芋の炒め物 肉豆腐 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 白身魚のムニエル ハムともやしのソテー いんげんの和風サラダ コンソメスープ	ごはん 赤魚の煮つけ ごぼうの甘辛炒め ほうれん草のナムル みそ汁	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き フロッキーソテー マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん たらのごまだれがらめ 茄子の煮物 きゅうりと昆布の中華和え みそ汁	ごはん 親子煮 切干大根の炒め煮 もやしの和え物 みそ汁	麦ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ	ごはん あじの七味焼き ほうれん草の煮びたし かにマヨサラダ みそ汁
おやつ	スイスロール	手作りココア蒸しパン	マドレーヌ	醤油せんべい	黒糖饅頭	ピーチムース	あんぱん
夕食	ごはん 鶏肉の生姜焼き さつまいもと昆布の煮物 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん 中華風卵焼き 焼きビーフン ザーサイ りんご缶	麦ごはん ぶりの山椒焼き 南瓜の煮物 金時豆 白桃缶	ごはん 煮込みハンバーグ ツナサラダ 胡瓜漬け 洋梨缶	ごはん さほのカレー風味焼き ぜんまい煮 きゃらぶき バナナ	ごはん 鮭の塩焼き れんこんの甘辛炒め 白花豆 みかん缶	ごはん メンチカツ 蕪のとぼろあんかけ 昆布佃煮 パイン缶
エネルギー	1355 Kcal	1384 Kcal	1435 Kcal	1465 Kcal	1330 Kcal	1420 Kcal	1429 Kcal
蛋白質	52.8 g	56.7 g	57.1 g	53.5 g	56 g	53.2 g	54.4 g
塩分	6.8 g	7.4 g	6.6 g	8 g	6.6 g	8.6 g	8.4 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

9月30日(月)							
朝食	ごはん 厚揚げの甘辛煮 白菜のポン酢和え えびみそ みそ汁						
10時	牛乳						
昼食	ごはん 鶏肉のタルタル焼き 青梗菜のソテー カリフラワーサラダ コンソメスープ						
おやつ	セレクト						
夕食	ごはん たらの梅肉焼き 牛蒡のきんぴら 赤しその実漬け マンゴー缶						
エネルギー	1469 Kcal		Kcal		Kcal		Kcal
蛋白質	55.4 g		g		g		g
塩分	6.2 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