



# 8月の献立

## 夕食(6品)

22 日 (月曜日)	白身魚のタルタル焼き	卵、乳成分、小麦										
	麻婆豆腐											
	大豆と昆布のうま煮											
	かに風味となめこの和え物											
	玉ねぎときゅうりの梅和え											
	長いもとろろ											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>442kcal</td> <td>32.4g</td> <td>21.8g</td> <td>30.6g</td> <td>3.5g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	442kcal	32.4g	21.8g	30.6g	3.5g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
442kcal	32.4g	21.8g	30.6g	3.5g								
23 日 (火曜日)	ハッシュドビーフ	卵、乳成分、小麦、えび										
	ハムエッグフライ											
	きのこのマヨソテー											
	ブロッコリーとえびの塩炒め											
	スパゲティサラダ											
	らっきょう漬											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>427kcal</td> <td>20.4g</td> <td>32.6g</td> <td>28.3g</td> <td>2.2g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	427kcal	20.4g	32.6g	28.3g	2.2g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
427kcal	20.4g	32.6g	28.3g	2.2g								
24 日 (水曜日)	あじの蒲焼き	卵、乳成分、小麦、えび、かに、落花生										
	筑前煮											
	ビーフン炒め											
	えびしゅうまい											
	玉子サラダ											
	わらび餅											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>427kcal</td> <td>23.0g</td> <td>21.5g</td> <td>36.1g</td> <td>3.1g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	427kcal	23.0g	21.5g	36.1g	3.1g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
427kcal	23.0g	21.5g	36.1g	3.1g								
25 日 (木曜日)	和風おろしハンバーグ	卵、乳成分、小麦										
	花型豆腐の煮物											
	ベーコンと小松菜の炒め物											
	大根サラダ											
	白はんぺんのチーズバター焼き											
	つぼ漬											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>422kcal</td> <td>22.0g</td> <td>20.6g</td> <td>39.4g</td> <td>3.4g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	422kcal	22.0g	20.6g	39.4g	3.4g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
422kcal	22.0g	20.6g	39.4g	3.4g								
26 日 (金曜日)	鮭の塩焼き	卵、乳成分、小麦										
	お好み焼き											
	しらすのスパゲティ											
	おさつきんぴら											
	コールスローサラダ											
	金時豆煮											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>448kcal</td> <td>26.8g</td> <td>19.8g</td> <td>41.7g</td> <td>3.3g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	448kcal	26.8g	19.8g	41.7g	3.3g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
448kcal	26.8g	19.8g	41.7g	3.3g								
27 日 (土曜日)	牛すき焼き風煮	卵、乳成分、小麦										
	豆腐ハンバーグの中華風味あんかけ											
	春巻き											
	出し巻き玉子											
	かに風味の酢の物											
	ビーンズサラダ											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>443kcal</td> <td>20.9g</td> <td>26.7g</td> <td>32.6g</td> <td>2.7g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	443kcal	20.9g	26.7g	32.6g	2.7g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
443kcal	20.9g	26.7g	32.6g	2.7g								

アレルギー物質の表示が変わりました。  
1品ごとではなく、その日のメニュー全体に含まれる特定原材料について表示しています。



## 夕食(8品)

22 日 (月曜日)	白身魚のタルタル焼き	卵、乳成分、小麦										
	チーズハンバーグ											
	麻婆豆腐											
	大豆と昆布のうま煮											
	かに風味となめこの和え物											
	ピーマンのしりしり											
	長いもとろろ											
	玉ねぎときゅうりの梅和え											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>497kcal</td> <td>34.4g</td> <td>26.5g</td> <td>31.2g</td> <td>4.0g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	497kcal	34.4g	26.5g	31.2g	4.0g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
497kcal	34.4g	26.5g	31.2g	4.0g								
23 日 (火曜日)	ハッシュドビーフ	卵、乳成分、小麦、えび										
	鯖の味噌煮											
	ハムエッグフライ											
	きのこのマヨソテー											
	ブロッコリーとえびの塩炒め											
	大学芋											
	らっきょう漬											
	スパゲティサラダ											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>525kcal</td> <td>29.6g</td> <td>33.8g</td> <td>37.9g</td> <td>2.5g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	525kcal	29.6g	33.8g	37.9g	2.5g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
525kcal	29.6g	33.8g	37.9g	2.5g								
24 日 (水曜日)	あじの蒲焼き	卵、乳成分、小麦、えび、かに、落花生										
	かぼちゃひき肉フライ											
	筑前煮											
	ビーフン炒め											
	えびしゅうまい											
	がんもとさつまいもの煮物											
	わらび餅											
	玉子サラダ											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>501kcal</td> <td>25.9g</td> <td>23.1g</td> <td>50.2g</td> <td>3.3g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	501kcal	25.9g	23.1g	50.2g	3.3g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
501kcal	25.9g	23.1g	50.2g	3.3g								
25 日 (木曜日)	和風おろしハンバーグ	卵、乳成分、小麦、えび										
	鮭のカレームニエル											
	花型豆腐の煮物											
	ベーコンと小松菜の炒め物											
	大根サラダ											
	えびとブロッコリーのチリマヨ炒め											
	つぼ漬											
	白はんぺんのチーズバター焼き											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>512kcal</td> <td>31.3g</td> <td>25.9g</td> <td>40.5g</td> <td>3.5g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	512kcal	31.3g	25.9g	40.5g	3.5g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
512kcal	31.3g	25.9g	40.5g	3.5g								
26 日 (金曜日)	鮭の塩焼き	卵、乳成分、小麦、落花生										
	回鍋肉											
	お好み焼き											
	しらすのスパゲティ											
	ブロッコリーのピーナッツ和え											
	おさつきんぴら											
	金時豆煮											
	コールスローサラダ											
<table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>507kcal</td> <td>35.0g</td> <td>23.2g</td> <td>42.1g</td> <td>3.7g</td> </tr> </table>		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	507kcal	35.0g	23.2g	42.1g	3.7g	
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量								
507kcal	35.0g	23.2g	42.1g	3.7g								