

〇〇 献立表 〇〇 【弁当常食】

区分	2025年10月22日(水)	2025年10月23日(木)	2025年10月24日(金)	2025年10月25日(土)	2025年10月26日(日)	2025年10月27日(月)	2025年10月28日(火)
昼食	ご飯 セロリスープ ホキのオーロラ焼き 白菜のべーコン炒め煮 マカロニサラダ（カニカマ） フルーツ（バナナ）	ご飯 味噌汁 ミックスライ(メンチ・チーズはんぺん) 付) レモン キャベツのカレー炒め 大根サラダ 漬物	ご飯 すまし汁 すき焼き風煮 根菜のピリ辛炒め煮 フルーツ杏仁 昆布漬け	ご飯 中華風スープ あじの南蛮漬け 切り干し大根の炒め もみ漬け フルーツ（もも缶）	ご飯 きのごスープ 豆腐ハンバーグ 茄子のマーボー炒め煮 彩ナムル 三色豆	ハヤシライス セロリスープ コールスローサラダ フルーツ（パイン缶） 福神漬	ご飯 味噌汁 魚の味噌マヨ焼き(さけ) 付) 大根おろし さつま芋のレモン煮 胡麻味噌和え 昆布佃煮
給与量	エネルギー : 509 kcal たんぱく質 : 20.1 g 脂 質 : 12.0 g 炭水化物 : 83.4 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 593 kcal たんぱく質 : 17.5 g 脂 質 : 17.9 g 炭水化物 : 84.2 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 649 kcal たんぱく質 : 17.1 g 脂 質 : 17.3 g 炭水化物 : 106.3 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 440 kcal たんぱく質 : 12.1 g 脂 質 : 7.4 g 炭水化物 : 82.7 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 586 kcal たんぱく質 : 19.4 g 脂 質 : 14.7 g 炭水化物 : 95.7 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 565 kcal たんぱく質 : 12.6 g 脂 質 : 18.5 g 炭水化物 : 86.4 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 528 kcal たんぱく質 : 23.1 g 脂 質 : 8.0 g 炭水化物 : 95.3 g 塩 分 : 2.6 g
夕食	ご飯 すまし汁 豆腐ハンバーグ 大根の金平風 ほうれん草サラダ 三色豆	ご飯 味噌汁 鰯の山椒焼き 付) 大根おろし 豆腐のかあんかけ もみ漬け風サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 さばの照り焼き 付) 矢生姜 彩つみれの旨煮 白菜のしそ風味和え	わかめご飯 春雨スープ 鶏肉の香味焼き エビボールのササミ ツナサラダ	親子丼 味噌汁 刻み昆布の煮物 かぼちゃのチーズ風味	ご飯 卵スープ 八宝菜 こども洋食 スタミナ漬け	ご飯 すまし汁 鶏肉のおろし煮 野菜のカレー風味 春菊の辛し和え 梅干し
給与量	エネルギー : 577 kcal たんぱく質 : 19.9 g 脂 質 : 12.9 g 炭水化物 : 96.7 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 456 kcal たんぱく質 : 23.7 g 脂 質 : 7.0 g 炭水化物 : 76.5 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 495 kcal たんぱく質 : 24.1 g 脂 質 : 13.3 g 炭水化物 : 73.7 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 520 kcal たんぱく質 : 21.3 g 脂 質 : 11.7 g 炭水化物 : 82.3 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 572 kcal たんぱく質 : 21.8 g 脂 質 : 15.8 g 炭水化物 : 87.4 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 664 kcal たんぱく質 : 15.3 g 脂 質 : 17.1 g 炭水化物 : 88.1 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 530 kcal たんぱく質 : 20.7 g 脂 質 : 14.8 g 炭水化物 : 79.4 g 塩 分 : 2.9 g