

献立表



9月12日（火）の昼食は兵庫県のご当地メニュー“味噌ダレ餃子定食”です。
 海の幸や山の幸を使った郷土料理やご当地メニューがたくさんある兵庫県。今回は一風変わった「味噌ダレ餃子」をはじめとするメニューをご用意させていただきます。

※材料の入荷の都合により変更させて頂く場合もございますが、ご了承お願い致します。

	9/10 (日)	9/11 (月)	9/12 (火)	9/13 (水)	9/14 (木)	9/15 (金)	9/16 (土)
朝	ゆかり粥 キャベツの炒め物 味噌汁 ヨーグルト	食パン 南瓜サラダ フルーツ寒天 牛乳	かに雑炊 厚焼きたまご 味噌汁 ヨーグルト	季節のジャムパン ポテトサラダ バナナ 牛乳	たまご雑炊 青菜の炒め物 味噌汁 ヨーグルト	食パン マカロニソテー バナナ 牛乳	カスタードパン ウインナー炒め フルーツ寒天 牛乳
エネルギー	400 kcal	579 kcal	401 kcal	513 kcal	401 kcal	569 kcal	516 kcal
たんぱく質	12.2 g	17.6 g	16.3 g	15.3 g	14.4 g	20.1 g	14.7 g
食塩相当量	2.6 g	2.0 g	2.9 g	1.2 g	2.6 g	2.1 g	1.6 g
昼	ご飯 たまごの干種焼き 切干大根の煮物 ブロッコリーの ドレッシング和え	ご飯 八宝菜 茄子の煮物 まいたけと 青菜の和え物	☆兵庫県ご当地メニュー☆ ご飯 味噌ダレ餃子 黒豆煮 ばち汁	麦ご飯 ホッケの ねぎ味噌焼き 高野豆腐の煮物 ナムル	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 大根の練味噌がけ 春雨の和え物	ご飯 鯖の塩焼き 長いもと ずんだの煮物 トマトサラダ	ご飯 かに玉あんかけ もやしと 油揚げの炒め物 わかめの酢の物
エネルギー	528 kcal	554 kcal	610 kcal	447 kcal	574 kcal	478 kcal	523 kcal
たんぱく質	20.1 g	16.7 g	16.4 g	22.7 g	21.1 g	22.6 g	18.0 g
食塩相当量	2.2 g	2.3 g	2.7 g	2.5 g	3.1 g	2.1 g	2.7 g
夕	ご飯 若鶏のクリーム煮 もやしの カレー炒め もも	ご飯 揚げ出し豆腐の 野菜あんかけ ちくわの煮物 もずく酢和え	ご飯 ホキの漬け焼き 大根とにんじんの 信田煮 キャベツの和え物	ご飯 ポークチャップ 小松菜の煮浸し 枝豆のおろし和え	ご飯 アジの南蛮漬け じゃが芋の煮物 いんげんの ごま和え	ご飯 おろしハンバーグ 南瓜の煮物 白菜のお浸し	ご飯 ホキの レモン風味焼き 里芋と根菜の煮物 小松菜の和え物
エネルギー	491 kcal	485 kcal	416 kcal	511 kcal	565 kcal	494 kcal	421 kcal
たんぱく質	15.7 g	14.2 g	19.9 g	20.5 g	21.3 g	14.7 g	20.1 g
食塩相当量	1.3 g	1.7 g	2.3 g	2.0 g	2.0 g	2.1 g	2.6 g
おやつ	玄米茶、ヤクルト りんごカステラ	紅茶 ヨーグルトケーキ	☆兵庫県ご当地おやつ☆ 玄米茶、ヤクルト、ゴーフル	玄米茶 やわらかおかき	玄米茶 オレンジゼリー	玄米茶 カスタードおやき	玄米茶 ミルクケーキ
エネルギー	114 kcal	79 kcal	124 kcal	86 kcal	79 kcal	79 kcal	67 kcal
合計	エネルギー 1533 kcal たんぱく質 48.0 g 食塩相当量 6.1 g	エネルギー 1697 kcal たんぱく質 48.5 g 食塩相当量 6.0 g	エネルギー 1551 kcal たんぱく質 52.6 g 食塩相当量 7.9 g	エネルギー 1557 kcal たんぱく質 58.5 g 食塩相当量 5.7 g	エネルギー 1619 kcal たんぱく質 56.8 g 食塩相当量 7.7 g	エネルギー 1620 kcal たんぱく質 57.4 g 食塩相当量 6.3 g	エネルギー 1527 kcal たんぱく質 52.8 g 食塩相当量 6.9 g
何の日?	牛タンの日	警察相談の日	宇宙の日	世界の法の日	セブテンバーバレンタイン	いちこの日	マッチの日