

7月 予定献立表

施設：川口さくら病院様 保育食
 期間：2020/07/01～2020/07/31

	日	月	火	水	木	金	土
朝							ごはん 味噌汁 ツナじゃが キャベツの塩昆布和え 脂質 6.7g 炭水化物 52.4g 食塩 1.7g
昼							中華スープ 春雨スー もやしと胡瓜の和え物 フルーツ 脂質 9.9g 炭水化物 58.8g 食塩 1.3g
15時食							和菓子パティ 麦茶 脂質 2.5g 炭水化物 17.3g 食塩 0.7g
夕							ごはん 味噌汁 鶏肉の胡麻風味焼き 根菜の煮物 脂質 4.6g 炭水化物 49.9g 食塩 1.4g
日計							脂質 11.9g 炭水化物 141.7g 食塩 3.1g
朝							ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 納豆 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g
昼							チキンカレー コンソメスープ 春雨サラダ フルーツ 脂質 7.4g 炭水化物 68.5g 食塩 1.9g
15時食							野菜たっぷり豆腐ラーメン 手作り餃子 フルーツ 脂質 13.8g 炭水化物 52.4g 食塩 2.6g
夕							ごはん 味噌汁 さげの生姜風味焼き ひじきのサラダ 脂質 4.3g 炭水化物 48.3g 食塩 1.2g
日計							脂質 15.7g 炭水化物 144.7g 食塩 3.5g
朝							ごはん 味噌汁 肉じゃが 小松菜のしらす和え 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g
昼							田舎うどん ポテトの胡麻がらめ フルーツポンチ 脂質 8.3g 炭水化物 53.6g 食塩 1.4g
15時食							麻婆豆腐丼 わかめスープ ナムル フルーツ 脂質 10.9g 炭水化物 17.1g 食塩 0.4g
夕							ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼 白和え 脂質 12.1g 炭水化物 51.1g 食塩 1.6g
日計							脂質 20.7g 炭水化物 128.7g 食塩 5.3g
朝							ごはん 味噌汁 ウインナーと野菜のソテー ポテトサラダ 脂質 9.9g 炭水化物 51.0g 食塩 1.4g
昼							★ハイキング★ 焼きそば ピラフ ジュリエンスープ 鶏のから揚げ 白身魚のフライ 枝豆 フルーツポンチ 脂質 11.7g 炭水化物 70.6g 食塩 2.7g
15時食							おからおにぎり 麦茶 脂質 0.3g 炭水化物 23.4g 食塩 0.1g
夕							ごはん 味噌汁 かしの照焼き 小松菜の炒め物 脂質 9.4g 炭水化物 44.3g 食塩 1.7g
日計							脂質 26.2g 炭水化物 139.8g 食塩 4.2g
朝							ごはん 味噌汁 鶏肉のしょうゆ和え 脂質 5.5g 炭水化物 53.2g 食塩 1.3g
昼							ナポリタン コンソメスープ ブロッコリーサラダ フルーツ 脂質 7.2g 炭水化物 49.6g 食塩 1.4g
15時食							おからおにぎり 麦茶 脂質 0.3g 炭水化物 23.3g 食塩 0.9g
夕							ごはん 味噌汁 豚肉の甘辛煮 小松菜のおかか和え 脂質 8.5g 炭水化物 48.4g 食塩 1.3g
日計							脂質 17.8g 炭水化物 121.2g 食塩 2.9g

※献立は、仕入の状況により変更することがあります。ご了承ください。