



# 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|                                                     |  | 8月1日<br>土曜日                                    |  | 8月2日<br>日曜日                                             |  |
|-----------------------------------------------------|--|------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------|--|
| 朝和食                                                 |  | 五目玉子焼き<br>ごぼうサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳      |  | 肉団子と野菜の旨煮<br>小松菜とコーンのドレかけ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳      |  |
|                                                     |  | イタリアンオムレツ<br>ごぼうサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳  |  | 肉団子と野菜のスープ煮<br>小松菜とコーンのドレかけ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳 |  |
| ぶりの難波焼き<br>里芋の柚子味噌炒め<br>トマトのお浸し<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物 |  | 茹で豚胡麻ソース<br>もやしの卵炒め<br>なます<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物 |  |                                                         |  |
| エクレア                                                |  | 杏仁豆腐                                           |  |                                                         |  |
| 鶏肉と大根の煮物<br>はんぺんの磯部チーズ焼き<br>キャベツの胡麻酢和え<br>ご飯<br>味噌汁 |  | カレイの南蛮漬け<br>五目豆<br>大根のしそ和え<br>ご飯<br>味噌汁        |  |                                                         |  |
| エネルギー:1704kcal 食塩相当量:6.7g                           |  | エネルギー:1619kcal 食塩相当量:9.4g                      |  |                                                         |  |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承ください。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承ください。



# 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|     | 8月3日<br>月曜日                                                                                                                           | 8月4日<br>火曜日                                                                                                                         | 8月5日<br>水曜日                                                                                                                                      | 8月6日<br>木曜日                                                                                                                 | 8月7日<br>金曜日                                                                                                                         | 8月8日<br>土曜日                                                                                                                                  | 8月9日<br>日曜日                                                                                                                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝和食 | 目玉焼き<br>オニオンサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                              | 海老団子の炊合せ<br>マカロニサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                        | ベーコンとじゃが芋の玉子焼き<br>フレンチサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                               | 豆腐ハンバーグ<br>キャベツのマヨ和え<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                               | 炒り玉子<br>レタスとハムのサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                         | ウインナーと野菜の旨煮<br>おさつサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                               | 巣ごもり玉子<br>春雨サラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                 |
| 朝洋食 | 目玉焼き<br>オニオンサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                             | 海老つみれのコンソメ煮<br>マカロニサラダ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                  | アンサンブルエッグ<br>フレンチサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                   | 豆腐ハンバーグ<br>キャベツのマヨ和え<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                              | チーズ入りスクランブルエッグ<br>レタスとハムのサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                              | ウインナーポトフ<br>おさつサラダ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                               | 玉子サンド<br>春雨サラダ<br>スープ<br>牛乳                                                                                                              |
| 昼食  | 鶏照り焼き丼<br>高野豆腐の炊合せ<br>ほうれん草とえのきの和え物<br>すまし汁<br>果物  | 豚肉の生姜焼き<br>揚げ茄子<br>オクラのおろし和え<br>ご飯<br>味噌汁<br>果物  | 黄金カレイの山椒煮<br>豆腐の海老あんかけ<br>長いもとめかぶのポン酢和え<br>ご飯<br>味噌汁<br>果物  | ナポリタン<br>ナゲット<br>シーザーサラダ<br>スープ<br>果物  | 鱈のちり蒸し<br>筑前煮<br>オクラの梅肉あえ<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物  | 鶏肉のトマト煮<br>アスパラのガーリック炒め<br>イタリアンサラダ<br>ご飯<br>スープ<br>果物  | 八宝菜<br>カニシューマイ<br>小松菜のピーナッツ和え<br>ご飯<br>中華スープ<br>果物  |
| おやつ | バームクーヘン                                                                                                                               | 流しそうめん                                                                                                                              | もみじ饅頭                                                                                                                                            | チョコケーキ                                                                                                                      | イチゴムース                                                                                                                              | たい焼き                                                                                                                                         | レモンケーキ                                                                                                                                   |
| 夕食  | カニクリームコロッケ<br>じゃが芋の甘辛炒め<br>野菜の塩昆布和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                      | 赤魚のブイヤベース風<br>小松菜とエリンギの炒め物<br>れんこんサラダ<br>ご飯<br>スープ                                                                                  | 鶏肉の南部焼き<br>ごぼうのおかか煮<br>じゃこの酢の物<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                                     | 白身魚のマヨネーズ焼き<br>なすと油揚げの煮物<br>もやしとカニカマの和え物<br>ご飯<br>味噌汁                                                                       | 豚肉の香味野菜蒸し<br>人参しりしり<br>セロリの甘酢和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                        | 太刀魚の柚庵焼き<br>さつま揚げの煮物<br>焼きナス<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                    | 鶏唐揚げレモンソース<br>冬瓜のカニあんかけ<br>枝豆のマヨネーズ和え<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                      |
|     | エネルギー:1703kcal 食塩相当量:9.5g                                                                                                             | エネルギー:1723kcal 食塩相当量:9.0g                                                                                                           | エネルギー:1623kcal 食塩相当量:9.9g                                                                                                                        | エネルギー:1650kcal 食塩相当量:10.2g                                                                                                  | エネルギー:1640kcal 食塩相当量:9.0g                                                                                                           | エネルギー:1701kcal 食塩相当量:9.6g                                                                                                                    | エネルギー:1745kcal 食塩相当量:8.4g                                                                                                                |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。





## 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|     | 8月10日<br>月曜日                                                                                                                     | 8月11日<br>火曜日                                                                                                                                | 8月12日<br>水曜日                                                                                                                             | 8月13日<br>木曜日                                                                                                            | 8月14日<br>金曜日                                                                                                                                    | 8月15日<br>土曜日                                                                                                                                     | 8月16日<br>日曜日                                                                                                                                   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝和食 | 照り焼きつくね<br>かぶのレモン酢和え<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                    | 和風ロールキャベツ<br>玉子ともやしのドレ和え<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                           | ハムエッグ<br>ポテトサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                 | あさりと大根の煮物<br>グリーンサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                           | 厚焼き玉子<br>アスパラのドレ和え<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                     | 豆腐のそぼろあん掛け<br>茄子のマリネ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                    | オムレツ<br>コールスローサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                     |
| 朝洋食 | つくねのチーズ焼き<br>かぶのレモン酢和え<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                 | ロールキャベツのクリーム煮<br>玉子ともやしのドレ和え<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                      | ハムエッグ<br>ポテトサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                | クラムチャウダー<br>グリーンサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                           | スパニッシュオムレツ<br>アスパラのドレ和え<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                             | 豆腐グラタン<br>茄子のマリネ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                       | オムレツ<br>コールスローサラダ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                                  |
| 昼食  | オムライス<br>ミニメンチカツ<br>シーフードサラダ<br>スープ<br>果物<br> | フライ盛り合せ<br>ゴーヤの炒め物<br>いかと胡瓜の梅肉あえ<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> | 豚肉の黒酢炒め<br>南瓜の利休煮<br>冷やしトマト<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> | 冷やし中華<br>焼き餃子<br>もやしのナムル<br>果物<br> | 鶏肉のハニーマスタード焼き<br>さつま芋のレモン煮<br>海草サラダ<br>ご飯<br>スープ<br>果物<br> | キスの天婦羅<br>じゃが芋の味噌バター炒め<br>いんげんの辛子和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> | 豚肉のおろしポン酢<br>海老真薯の煮物<br>もやしと茗荷の和え物<br>ご飯<br>味噌汁<br>果物<br> |
| おやつ | 人形焼き                                                                                                                             | スイカ                                                                                                                                         | ドーナツ                                                                                                                                     | 黒胡麻プリン                                                                                                                  | 紅白まんじゅう                                                                                                                                         | 南瓜ババロア                                                                                                                                           | チーズケーキ                                                                                                                                         |
| 夕食  | メバルの照り煮<br>レンコンの精進炒め<br>ひじきと枝豆の白和え<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                 | 鶏肉の柚子胡椒焼き<br>切干大根の煮物<br>小松菜の胡桃和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                               | シルバーのきのこあんかけ<br>豆苗と豚肉の炒め物<br>キャベツのおかか和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                     | 豚肉の味噌炒め<br>ごぼうの土佐煮<br>オクラの生姜和え<br>ご飯<br>すまし汁                                                                            | 鰯の生姜煮<br>切り昆布の炒め物<br>しらすおろし<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                        | ハンバーグ<br>春雨の炒め物<br>ほうれん草のなめ茸和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                      | 鱈の西京焼き<br>里芋のそぼろあん<br>蕪の柚子香和え<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                                    |
|     | エネルギー:1695kcal 食塩相当量:9.2g                                                                                                        | エネルギー:1624kcal 食塩相当量:9.6g                                                                                                                   | エネルギー:1716kcal 食塩相当量:9.4g                                                                                                                | エネルギー:1601kcal 食塩相当量:9.8g                                                                                               | エネルギー:1747kcal 食塩相当量:9.5g                                                                                                                       | エネルギー:1730kcal 食塩相当量:8.4g                                                                                                                        | エネルギー:1675kcal 食塩相当量:9.1g                                                                                                                      |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承ください。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承ください。



## 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|     | 8月17日<br>月曜日                                                                                                                 |            | 8月18日<br>火曜日                                                                                                                                  |            | 8月19日<br>水曜日                                                                         |            | 8月20日<br>木曜日                                                                          |            | 8月21日<br>金曜日                                                                                                                                    |            | 8月22日<br>土曜日                                                                                                                                      |            | 8月23日<br>日曜日                                                                                                                            |            |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 朝和食 | 鶏肉と野菜の旨煮<br>彩り野菜のマリネ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                |            | つくねの照り焼き<br>オクラのサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                  |            | 目玉焼き<br>タラモサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                              |            | 筑前煮<br>アスパラサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                               |            | 炒り玉子<br>ごぼうとツナのサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                     |            | ウインナーと野菜の旨煮<br>レタスとツナの和え物<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                |            | だし巻き玉子<br>スパゲティサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                             |            |
|     | 鶏肉と野菜のコンソメ煮<br>彩り野菜のマリネ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                          |            | つくねのチーズ焼き<br>オクラのサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                |            | 目玉焼き<br>タラモサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                             |            | チキンのクリーム煮<br>アスパラサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                        |            | スクランブルエッグ<br>ごぼうとツナのサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                               |            | ウインナーポトフ<br>レタスとツナの和え物<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                  |            | ツナサンド<br>スパゲティサラダ<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                                        |            |
| 昼食  | キーマカレー<br>花野菜サラダ<br>福神漬け<br>スープ<br>果物<br> |            | 鶏肉の山椒味噌焼き<br>レンコンの甘辛炒め<br>水菜のポン酢和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> |            |  |            |  |            | 鯖の梅ソースかけ<br>ひじきの炒り煮<br>胡瓜と竹輪の酢味噌和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> |            | 蒸し鶏香味ソースかけ<br>厚揚げの炒め物<br>アボカドのわさび醤油和え<br>ご飯<br>味噌汁<br>果物<br> |            | 鯖の味噌煮<br>金平ごぼう<br>菜の花の辛し和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> |            |
| おやつ | オレンジゼリー                                                                                                                      |            | カスタードケーキ                                                                                                                                      |            | バースデーケーキ                                                                             |            | フルーツポンチ                                                                               |            | シフォンケーキ                                                                                                                                         |            | いちごカステラ                                                                                                                                           |            | 水ようかん                                                                                                                                   |            |
| 夕食  | 海老フライ<br>ピーマンとじゃこの炒め物<br>チンゲンサイの磯和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                             |            | 鰯の煮付け<br>茶碗蒸し<br>とろろ芋<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                            |            | 豚肉のみぞれ煮<br>冬瓜のくずあんかけ<br>白菜のゆかり和え<br>ご飯<br>味噌汁                                        |            | 鰯の醤油麹焼き<br>車麩の含め煮<br>胡瓜とカニカマの和え物<br>ご飯<br>すまし汁                                        |            | 豚肉のマスタード焼き<br>ズッキーニとベーコンのソテー<br>茸のマリネ<br>ご飯<br>スープ                                                                                              |            | 赤魚の塩麹焼き<br>茄子の味噌炒め<br>小松菜の煮浸し<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                                       |            | 鶏肉のくわ焼き<br>高野豆腐の炊合せ<br>わかめ生姜和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                             |            |
|     | エネルギー:1627kcal                                                                                                               | 食塩相当量:8.2g | エネルギー:1631kcal                                                                                                                                | 食塩相当量:9.0g | エネルギー:1716kcal                                                                       | 食塩相当量:8.1g | エネルギー:1100kcal                                                                        | 食塩相当量:6.3g | エネルギー:1711kcal                                                                                                                                  | 食塩相当量:8.6g | エネルギー:1661kcal                                                                                                                                    | 食塩相当量:9.9g | エネルギー:1627kcal                                                                                                                          | 食塩相当量:9.3g |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。





# 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|     | 8月24日<br>月曜日                                                                                                                       | 8月25日<br>火曜日                                                                                                                                | 8月26日<br>水曜日                                                                                                                             | 8月27日<br>木曜日                                                                                                                | 8月28日<br>金曜日                                                                                                                                      | 8月29日<br>土曜日                                                                                                                                 | 8月30日<br>日曜日                                                                                                                                   |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 朝和食 | 豆腐ハンバーグ<br>ブロッコリーのツナマスタード<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                 | ハムエッグ<br>大根サラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                     | ひき肉と夏野菜のカレー炒め<br>イタリアンサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                       | 肉団子の煮物<br>かぼちゃサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                  | 五目玉子焼き<br>カリフラワーのマリネ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                     | さつま揚げの煮物<br>トマトサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                  | 炒り玉子<br>野菜サラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳                                                                                                         |
| 朝洋食 | 豆腐ハンバーグ<br>ブロッコリーのツナマスタード<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                | ハムエッグ<br>大根サラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                    | ひき肉と夏野菜のカレー炒め<br>イタリアンサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                      | 肉団子と野菜のスープ煮<br>かぼちゃサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                            | プレーンオムレツ<br>カリフラワーのマリネ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                  | イカ団子のコンソメ煮<br>トマトサラダ<br>ジャム<br>パン<br>ポタージュ<br>牛乳                                                                                             | スクランブルエッグ<br>野菜サラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳                                                                                                   |
| 昼食  | 中華丼<br>シュウマイ<br>トマトと胡瓜の中華サラダ<br>中華スープ<br>果物<br> | シルバーの葱味噌焼き<br>大根の旨煮<br>ほうれん草のお浸し<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> | 豚肉と里芋の煮物<br>ニラ玉<br>いんげんの胡麻和え<br>ご飯<br>味噌汁<br>果物<br> | 冷やしたぬきうどん<br>青梗菜の炒め物<br>ごま豆腐<br>果物<br> | 鶏肉の茸のおろしポン酢<br>里芋の柚子味噌掛け<br>胡瓜の青じそ和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> | 鮭のクリーム煮<br>ラタトゥイユ<br>ブロッコリーのドレかけ<br>ご飯<br>スープ<br>果物<br> | 豚肉のスタミナ焼き<br>信田巻きの含め煮<br>大根のたらこ和え<br>ご飯<br>すまし汁<br>果物<br> |
| おやつ | ワッフル                                                                                                                               | チョコムース                                                                                                                                      | シュークリーム                                                                                                                                  | 青りんごゼリー                                                                                                                     | 酒まんじゅう                                                                                                                                            | フルーチェ                                                                                                                                        | どら焼き                                                                                                                                           |
| 夕食  | カレイの磯部揚げ<br>焼きビーフン<br>もやしの錦糸和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                        | 鶏肉のハチミツレモンソース<br>ジャーマンポテト<br>アスパラのマヨ和え<br>ご飯<br>スープ                                                                                         | 白身魚のマヨネーズ焼き<br>かぶと厚揚げのそぼろ煮<br>人参の梅和え<br>ご飯<br>すまし汁                                                                                       | 親子煮<br>卵の花<br>三色和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                             | メバルの照り焼き<br>がんもの煮物<br>小松菜の山葵和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                       | 麻婆豆腐<br>水餃子<br>春雨の和え物<br>ご飯<br>中華スープ                                                                                                         | 鰯の竜田揚げ<br>南瓜の煮物<br>長芋とオクラのさっぱり和え<br>ご飯<br>味噌汁                                                                                                  |
|     | エネルギー:1670kcal 食塩相当量:8.3g                                                                                                          | エネルギー:1650kcal 食塩相当量:8.1g                                                                                                                   | エネルギー:1686kcal 食塩相当量:9.4g                                                                                                                | エネルギー:1641kcal 食塩相当量:9.5g                                                                                                   | エネルギー:1667kcal 食塩相当量:9.6g                                                                                                                         | エネルギー:1707kcal 食塩相当量:8.3g                                                                                                                    | エネルギー:1693kcal 食塩相当量:8.8g                                                                                                                      |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。



# 献立予定表



ソナーレ市ヶ尾

|                             |                                                 |  |  |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|--|--|
|                             | 8月31日<br>月曜日                                    |  |  |
| 朝和食                         | 豆腐のそぼろあん掛け<br>コーンサラダ<br>佃煮<br>ご飯<br>味噌汁<br>牛乳   |  |  |
| 朝洋食                         | 豆腐のチーズ焼き<br>コーンサラダ<br>ジャム<br>パン<br>スープ<br>牛乳    |  |  |
| 昼食                          | 夏野菜カレー<br>ミモザサラダ<br>パプリカのマリネ<br>スープ<br>果物       |  |  |
| おやつ                         | 抹茶ババロア                                          |  |  |
| 夕食                          | 赤魚の煮付け<br>ふきと油揚げの炒め物<br>茄子の柚子味噌和え<br>ご飯<br>すまし汁 |  |  |
| エネルギー:1744kcal   食塩相当量:8.0g |                                                 |  |  |

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承ください。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承ください。