

令和2年

8月1日~8月18日

# 献立表

LEOC食堂



	1日	土	2日	日	3日	月	4日	火	5日	水
朝食	味噌汁 目玉焼・サラダ 白滝ノテー 牛乳		味噌汁 肉団子 ピーマンと薩摩揚げの炒め煮 牛乳		味噌汁 笹かまの磯辺揚げ 切干大根煮付 牛乳		味噌汁 豚肉とキャベツの中華だれ炒め 豆腐の磯辺揚げ 牛乳		味噌汁 ミニハンバーグ 山菜ゴマ油炒め 牛乳	
	Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	
昼食	麻婆豆腐 三角春巻 中華風和え物		チャーハン ミニチキン南蛮 スープ		トマトつけめん 一口アジフライ 野菜ミックスサラダ		枝豆ご飯 けんちん汁 塩カルビメンチ 胡麻和え		お茶漬 蓮根はさみ揚げ スープ	
	Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	
夕食	トンカツ ヒヨコ豆とチーズのサラダ 味噌汁 オレンジ		カレーライス チーズコロッケ 生野菜 デザート		ガリバタチキン イカと胡瓜の和え物 味噌汁		白身魚のタルタルチース焼 コンソメ煮 味噌汁		ポークピカタ卸しダレ 中華風豚じゃが 味噌汁	
	Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	

	6日	木	7日	金				17日	月	18日	火
朝食	味噌汁 鯖の味噌煮 納豆 牛乳		味噌汁 ウインナーサラダ 蓮根金平 牛乳					味噌汁 オムレツサラダ ひじきの煮物		味噌汁 ししゃも 金平牛蒡 牛乳	
	Kcal		Kcal					Kcal		Kcal	
昼食	ぶっかけ冷麦 焼売 ヤキルト		中華丼 焼ギョーザ 大学芋					冷しうどん イカ天ぷら 卵豆腐		ツナと玉葱の和風スパゲティー 蓮根はさみ揚げ キャベツと水菜のサラダ	
	Kcal		Kcal					Kcal		Kcal	
夕食	照焼丼 じゃが芋の豆板醤炒め 春雨スープ オレンジ		豚肉生姜炒め 煮物 マカロニサラダ 味噌汁					豚味噌漬焼 茄子の炒め物 味噌汁		鶏肉唐揚げ 高野豆腐の煮物 味噌汁	
	Kcal		Kcal					Kcal		Kcal	



\* 栄養価表示にはご飯220gが含まれています。(エネルギー356Kcal) \* 昼食の麺類栄養価表示にはご飯は含まれていません。

\* 休暇中は人数の関係で献立の変更があります。