

週間献立表

【プレジール豊中 御中】

2026年 8月

		朝食		栄養価	
24日 月	卵焼き	酢の物	エネルギー	312kcal	
		みそ汁	たんぱく質	9.9g	
		ごはん	脂質	6.5g	
		梅干し	炭水化物	54.6g	
			食塩相当量	3.2g	
	卵/小麦/大豆				
25日 火	ウィンナー	サラダ	エネルギー	414kcal	
		スープ	たんぱく質	13.1g	
		牛乳	脂質	23.4g	
		食パン(マーガリン)	炭水化物	42.8g	
			食塩相当量	2.5g	
	卵/乳/小麦/大豆/牛肉/鶏肉/豚肉				
26日 水	ミートボールのトマト煮	サラダ	エネルギー	370kcal	
		スープ	たんぱく質	13.4g	
		牛乳	脂質	13.3g	
		ロールパン(ジャム)	炭水化物	53.4g	
			食塩相当量	2.7g	
	卵/乳/小麦/大豆/鶏肉/豚肉/りんご/ごま/トマト				
27日 木	ヨーグルト	マカロニサラダ	エネルギー	382kcal	
		牛乳	たんぱく質	11.3g	
		食パン(マーガリン)	脂質	17.1g	
			炭水化物	50.1g	
			食塩相当量	1.3g	
	卵/乳/小麦/大豆/もも				
28日 金	焼き魚	卵豆腐	エネルギー	311kcal	
		みそ汁	たんぱく質	14.8g	
		ごはん	脂質	6.0g	
		梅干し	炭水化物	50.8g	
			食塩相当量	3.4g	
	卵/小麦/大豆/さば				
29日 土	スクランブルエッグ	サラダ	エネルギー	342kcal	
		スープ	たんぱく質	13.1g	
		牛乳	脂質	17.9g	
		食パン(マーガリン)	炭水化物	36.4g	
			食塩相当量	2.2g	
	卵/乳/小麦/大豆/鶏肉/トマト				
30日 日	ベーコンソテー	サラダ	エネルギー	392kcal	
		スープ	たんぱく質	14.2g	
		牛乳	脂質	18.1g	
		食パン(ピーナッツ)	炭水化物	47.9g	
			食塩相当量	2.4g	
	卵/乳/小麦/落花生/大豆/鶏肉/豚肉/りんご				

※食材料等の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承下さい。