

令和6年度



月間献立表



学校法人 日章学園 宮崎キャンパス 日章学園グループ 株式会社 日章

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)
朝食	御飯280g ウィンナーのソテー みそ汁	御飯280g 鮭の塩焼き みそ汁 ヤクルト	御飯280g ベーコンエッグ 味噌汁	御飯280g ミートボール 味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き 豆腐の味噌汁 牛乳	御飯280g スクランブルエッグ 小松菜の味噌汁	御飯280g 温泉卵 納豆 みそ汁
昼食	御飯280g 肉うどん たたき胡瓜	御飯280g オムライス 野菜サラダ すまし汁	御飯280g ハヤシライス 野菜サラダ	唐揚げ弁当	御飯280g 中華丼 ゼリー	とんかつ弁当	御飯280g きつねうどん 浅漬け
夕食	御飯280g 豚キムチ うずら卵ウィンナー串 ほうれん草のすまし汁	御飯280g 鶏照りタルタル 大根の甘酢和え 豆腐とワカメの味噌汁	御飯280g タッカルビ マカロニサラダ もやしの味噌汁	御飯280g 回鍋肉 シュウマイ 中華風コンスープ	豚メシ エビフライ チキン南蛮 野菜サラダ 豚汁	御飯280g ブルコギ(辛味噌) ポテトサラダ 卵スープ	御飯280g 魚の竜田揚げ ポロネーゼ ほうれん草のすまし汁
栄養成分	エネルギー 2539 kcal たんぱく質 91.8 g 脂質 77.3 g	2471 kcal 79.9 g 85.9 g	2739 kcal 95.6 g 101.8 g	2772 kcal 104.2 g 99.3 g	2836 kcal 99.2 g 101.3 g	2908 kcal 81.2 g 112.8 g	2296 kcal 84.0 g 65.3 g
	9月8日(日)	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)
朝食	御飯280g ミートボール チンゲン菜の味噌汁	御飯280g さつま揚げ 味噌汁 ヤクルト	御飯280g ハムエッグ 味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き みそ汁	御飯280g にら玉 キャベツの味噌汁 牛乳	御飯280g 鮭の塩焼き 味噌汁	御飯280g オムレツ 納豆 みそ汁
昼食	御飯280g 冷やし中華 野菜のスープ	豚の生姜焼き弁当	御飯280g チキンカレー 野菜サラダ(カリカリベーコン)	チキン南蛮弁当	御飯280g 豚丼 バナナ1/2	白身魚& 豚肉ピーマン味噌炒め 弁当	御飯280g かきあげうどん 浅漬け
夕食	御飯280g 麻婆豆腐 蒸し鶏サラダ ワカメと春雨のスープ	御飯280g 煮込みハンバーグ フライドポテト 野菜サラダ たまねぎのみそ汁	御飯280g 白身魚の甘酢あんかけ レンコンきんぴら 豚汁	御飯280g 八宝菜 小籠包 中華風コンスープ	御飯280g 肉じゃが 胡麻和え 豆腐とワカメのみそ汁	御飯280g 酢鶏 ポテトサラダ 青野菜のスープ	豚と蓮根の甘酢炒め ｶﾞﾃｰﾗｰﾗﾀﾞ ほうれん草のすまし汁
栄養成分	エネルギー 2364 kcal たんぱく質 78.7 g 脂質 54.7 g	2778 kcal 80.8 g 94.1 g	2351 kcal 71.1 g 68.9 g	2460 kcal 82.2 g 75.7 g	2709 kcal 92.2 g 94.4 g	2635 kcal 93.2 g 90.5 g	2119 kcal 63.2 g 63.2 g
	9月15日(日)	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)
朝食	御飯280g コーンとベーコンの炒め物 味噌汁(小松菜)	御飯280g ハムエッグ 味噌汁 ヤクルト	御飯280g ベーコンエッグ 味噌汁	御飯280g ウィンナーのソテー 味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き 里芋のみそ汁 牛乳	御飯280g ミートボール 納豆 味噌汁	御飯280g チーズスクランブルエッグ 豆腐とワカメの味噌汁
昼食	御飯280g 担々麺 浅漬け	御飯280g スパゲティ 野菜サラダ ほうれん草のかきたま汁	御飯280g ポークカレー 野菜サラダ	とり天弁当	御飯280g 麻婆丼 バナナ1/2	鳥照り焼き弁当	御飯280g 肉うどん 浅漬け
夕食	御飯280g 焼肉炒め ｶﾞﾃｰｰｰｰｰｰｰｰｰ 白菜のみそ汁	御飯280g 油淋鶏 蒸し鶏サラダ みそ汁(じゃが・油揚げ)	御飯280g ヤンニョムチキン トマトと胡瓜のサラダ 豚汁	御飯280g 豚肉と葱のピリ辛炒め 春巻き ワカメスープ	ピュッフェ	御飯280g すき焼風煮 白身魚フリッター すまし汁(わかめ)	御飯280g チキンカツ レンコンと油揚げのきんぴら 豚汁
栄養成分	エネルギー 2418 kcal たんぱく質 83.9 g 脂質 61.4 g	2834 kcal 96.5 g 87.3 g	2644 kcal 91.0 g 88.0 g	2790 kcal 94.9 g 115.7 g	1898 kcal 60.8 g 34.1 g	3040 kcal 111.6 g 123.8 g	2634 kcal 87.7 g 66.6 g
	9月22日(日)	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)
朝食	御飯280g オムレツ 南瓜・油揚げの味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き 味噌汁 ヤクルト	御飯280g ハムエッグ 豆腐とワカメのみそ汁	御飯280g スクランブルエッグ みそ汁	御飯280g 鮭の塩焼き もやしの味噌汁 牛乳	御飯280g コーンとベーコンの炒め物 納豆 里芋の味噌汁 ヤクルト	御飯280g さつま揚げ チンゲン菜の味噌汁
昼食	御飯280g あんかけ焼きそば 中華風わかめスープ	御飯280g 三色丼 すまし汁(わかめ)	御飯280g カツカレー 海苔サラダ	鳥竜田揚げ弁当	御飯280g 親子丼 ゼリー	豚キムチ弁当	御飯280g うどん(ちくわ磯部) 浅漬け
夕食	御飯280g 豚肉と茄子の味噌炒め チキンナゲット 野菜スープ	御飯280g 回鍋肉 たこ焼 中華風コンスープ	御飯280g 魚の味噌焼き 厚揚げと大根のそぼろ煮 南瓜・油揚げの味噌汁	御飯280g 豚肉のコチュジャン炒め チーズポテト 小松菜のみそ汁	御飯280g 鶏唐揚げ 小松菜のおかかマヨ 野菜のスープ	御飯280g 麻婆豆腐 トマトと蒸し鶏のサラダ 中華風ワカメスープ	御飯280g カリパチキン 卵サラダ ほうれん草とカニカマのすまし汁
栄養成分	エネルギー 2525 kcal たんぱく質 79.3 g 脂質 69.1 g	2589 kcal 83.9 g 93.2 g	2402 kcal 79.3 g 69.1 g	2849 kcal 100.2 g 110.4 g	2448 kcal 96.1 g 75.7 g	2792 kcal 96.2 g 107.2 g	2362 kcal 82.8 g 56.5 g
	9月29日(日)	9月30日(月)	都合により献立変更することがありますのでご了承ください				
朝食	御飯280g ミートボール みそ汁	御飯280g ハムエッグ みそ汁 ヤクルト					
昼食	御飯280g とんこつラーメン 浅漬け	豚の生姜焼き弁当					
夕食	御飯280g 肉豆腐(温泉卵のせ) 揚げ餃子の餡かけ はんぺんのすまし汁	御飯280g チーズハンバーグ 野菜サラダ 豚汁					
栄養成分	エネルギー 2518 kcal たんぱく質 80.8 g 脂質 62.6 g	2846 kcal 100.9 g 93.9 g					

