

# 週間献立表

	10月17日(月)	10月18日(火)	10月19日(水)	10月20日(木)	10月21日(金)	10月22日(土)	10月23日(日)							
朝食	御飯 味噌汁(高野豆腐・豆苗・ごぼう) つくねの甘辛焼き ビーンズサラダ 納豆・味付のり 牛乳	御飯 味噌汁(さつま芋・人参・豆麩) エビカツ ベーコンとナッツのサラダ 納豆・味付のり 牛乳	御飯 味噌汁(とろろ昆布・もやし・青葱) チキンオムレツと赤いけし アパラのサラダ 納豆・味付のり 牛乳・ヨーグルト	御飯 味噌汁(南瓜・白菜・大根菜) チキンナゲット ツナサラダ 納豆・味付のり 牛乳	御飯 味噌汁(大根・油揚げ・青ネギ) 豆腐ハンバーグとコロック かに風味サラダ 納豆・味付のり 牛乳	御飯 マカロニスープ アパラ-ソとホトのソ アボカドサラダ 牛乳・ジュース	御飯 味噌汁(ふのり・わけぎ・油揚げ) 柚子風味肉だんご 枝豆とコーンのサラダ 納豆・味付けのり 牛乳							
	I補材:-762kcal 卵白ク:29.4g 脂質:18.8g 食塩相:3.6g	I補材:-966kcal 卵白ク:24.9g 脂質:33.1g 食塩相:3.3g	I補材:-886kcal 卵白ク:28.0g 脂質:25.4g 食塩相:3.4g	I補材:-955kcal 卵白ク:32.5g 脂質:39.9g 食塩相:3.1g	I補材:-818kcal 卵白ク:29.7g 脂質:20.8g 食塩相:2.9g	I補材:-861kcal 卵白ク:17.7g 脂質:24.0g 食塩相:2.5g	I補材:-781kcal 卵白ク:28.9g 脂質:17.4g 食塩相:2.6g							
	アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目	
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば						
昼食	豚丼 味噌汁(オカ)菜・えのき・青葱 ミニあんドーナツ	たぬきうどん ミニ肉まん クラッシュゼリー(マカト)	ミートスパゲティ コンソメスープ 野菜サラダ	★セレクトカレー★ 卵スープ フルーツヨーグルト	かき揚げそば 青菜御飯 ドームケーキ	豚肉の月見丼 味噌汁(小松菜・豆麩・大根) 春菊のごま和え	豚挽肉とキャベツののっけ丼 清し汁 野菜の中華和え							
	I補材:-960kcal 卵白ク:34.0g 脂質:38.5g 食塩相:2.8g	I補材:-595kcal 卵白ク:17.3g 脂質:8.2g 食塩相:7.9g	I補材:-685kcal 卵白ク:22.6g 脂質:19.7g 食塩相:5.0g	I補材:-939kcal 卵白ク:33.5g 脂質:27.9g 食塩相:4.0g	I補材:-857kcal 卵白ク:17.7g 脂質:24.3g 食塩相:3.2g	I補材:-1028kcal 卵白ク:40.0g 脂質:44.2g 食塩相:3.3g	I補材:-917kcal 卵白ク:39.7g 脂質:33.4g 食塩相:2.3g							
	アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目	
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば						
夕食	御飯 味噌汁(ほうれん草・厚揚げ・長葱) 鶏肉のきのこ風カレーかけ トマトサラダ	御飯 味噌汁(かぶ・かぶの葉・しめじ) ポークスパイシー炒め ほうれん草の韓国風和え物	御飯 味噌汁(わかめ・里芋・人参) 魚の塩焼き 春巻 納豆	御飯 味噌汁(菜の花・庄内麩・長葱) 豚肉の塩だれ炒め チーズ入りマカロニサラダ	御飯 清し汁 鶏肉の味噌漬焼 えびしゅうまい	御飯 味噌汁(なす・しめじ・水菜) ミックスフライ からし菜のポン酢和え	御飯 味噌汁(菜の花・庄内麩・人参) 甘辛ヤンニョムチキン 肉じゃが							
	I補材:-833kcal 卵白ク:35.8g 脂質:28.6g 食塩相:4.2g	I補材:-939kcal 卵白ク:32.0g 脂質:36.2g 食塩相:4.0g	I補材:-900kcal 卵白ク:34.5g 脂質:26.0g 食塩相:3.6g	I補材:-953kcal 卵白ク:32.9g 脂質:42.3g 食塩相:3.6g	I補材:-881kcal 卵白ク:36.9g 脂質:28.9g 食塩相:3.2g	I補材:-788kcal 卵白ク:21.2g 脂質:17.1g 食塩相:3.7g	I補材:-936kcal 卵白ク:36.1g 脂質:25.8g 食塩相:3.8g							
	アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目		アレルギー7品目	
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば						
日計	I補材:-2555kcal 卵白ク:99.2g 脂質:85.9g 食塩相:10.6g	I補材:-2500kcal 卵白ク:74.2g 脂質:77.5g 食塩相:15.2g	I補材:-2471kcal 卵白ク:85.1g 脂質:71.1g 食塩相:12.0g	I補材:-2847kcal 卵白ク:98.9g 脂質:110.1g 食塩相:10.7g	I補材:-2556kcal 卵白ク:84.3g 脂質:74.0g 食塩相:9.4g	I補材:-2677kcal 卵白ク:78.9g 脂質:85.3g 食塩相:9.4g	I補材:-2634kcal 卵白ク:104.7g 脂質:76.6g 食塩相:8.8g							

注1) いつもご利用ありがとうございます。仕入等の都合により、急遽メニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

注2) アレルギー主要7品目を色分け表示しております。(赤色:原材料含まれる/緑色:同一ラインまたは同一工場で使用)

