



# 週間献立表



	1月9日(月)	1月10日(火)	1月11日(水)	1月12日(木)	1月13日(金)	1月14日(土)	1月15日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁 サラダステーキとウィンナー 和風サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 サラダステーキとウィンナー 和風サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 甘酢ダレ肉だんご かに風味サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 オムレツとハンバーグ 野菜サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 チキンナゲット ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン ポタージュ じゃが芋とウィンナーソテー たまごサラダ 納豆 ジュース	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 厚焼卵と赤ウィンナー 海草サラダ 納豆 牛乳
	I補料:733kcal 卵バク:24.7g 脂質:24.5g 食塩相:3.1g	I補料:733kcal 卵バク:24.7g 脂質:24.5g 食塩相:3.1g	I補料:887kcal 卵バク:28.5g 脂質:24.6g 食塩相:3.0g	I補料:846kcal 卵バク:29.1g 脂質:23.5g 食塩相:3.3g	I補料:848kcal 卵バク:26.4g 脂質:30.0g 食塩相:2.3g	I補料:896kcal 卵バク:22.2g 脂質:25.8g 食塩相:3.2g	I補料:824kcal 卵バク:25.8g 脂質:24.5g 食塩相:2.8g
	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
昼食	味噌ラーメン 揚げ餃子 御飯	味噌ラーメン 揚げ餃子 御飯	ツナのクリームパスタ コンソメスープ フランスパン	チキンマヨ丼 味噌汁 もやし中華和え	肉うどん わかめ御飯 レモンカスタードタルト	中華丼 わかめスープ ハム入りサラダ	あっさり豚肉の塩レモン丼 じゃがいものスープ 串カツとミニメンチカツ
	I補料:916kcal 卵バク:31.6g 脂質:26.0g 食塩相:6.1g	I補料:916kcal 卵バク:31.6g 脂質:26.0g 食塩相:6.1g	I補料:786kcal 卵バク:31.2g 脂質:23.7g 食塩相:3.7g	I補料:905kcal 卵バク:34.2g 脂質:37.8g 食塩相:3.0g	I補料:1016kcal 卵バク:31.5g 脂質:33.8g 食塩相:5.7g	I補料:735kcal 卵バク:21.2g 脂質:26.3g 食塩相:3.3g	I補料:1057kcal 卵バク:34.8g 脂質:46.1g 食塩相:2.7g
	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
夕食	味噌汁 牛丼 キャベツの塩昆布和え	御飯 味噌汁 スタミナポーク ごま和え	御飯 味噌汁 鮭の漬け焼き しゅうまい 納豆	ポークカレー 大根サラダ いちごムース	御飯 味噌汁 牛肉ごぼうのしぐれ煮 枝豆とコーンのサラダ	御飯 味噌汁 豚肉のキムチ炒め 豆腐サラダ	御飯 味噌汁 タンドリーチキン ツナ入りスパゲティサラダ
	I補料:846kcal 卵バク:29.2g 脂質:31.4g 食塩相:3.4g	I補料:901kcal 卵バク:32.9g 脂質:39.4g 食塩相:2.3g	I補料:803kcal 卵バク:38.7g 脂質:16.3g 食塩相:4.2g	I補料:987kcal 卵バク:26.3g 脂質:32.0g 食塩相:3.6g	I補料:882kcal 卵バク:28.8g 脂質:27.0g 食塩相:3.3g	I補料:920kcal 卵バク:32.0g 脂質:37.5g 食塩相:2.8g	I補料:872kcal 卵バク:36.1g 脂質:32.9g 食塩相:2.4g
	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
日計	I補料:846kcal 卵バク:29.2g 脂質:31.4g 食塩相:3.4g	I補料:2550kcal 卵バク:89.2g 脂質:89.9g 食塩相:11.5g	I補料:2476kcal 卵バク:98.4g 脂質:64.6g 食塩相:10.9g	I補料:2738kcal 卵バク:89.6g 脂質:93.3g 食塩相:9.9g	I補料:2746kcal 卵バク:86.7g 脂質:90.8g 食塩相:11.3g	I補料:2551kcal 卵バク:75.4g 脂質:89.6g 食塩相:9.2g	I補料:2753kcal 卵バク:96.7g 脂質:103.5g 食塩相:7.8g

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)



LEOC