

週間献立表

	1月23日(月)	1月24日(火)	1月25日(水)	1月26日(木)	1月27日(金)	1月28日(土)	1月29日(日)	
朝食	御飯 味噌汁 れんこんとウインナー炒め シーザーサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 コロック&ササミカツ ハム入りサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ハンバーグと目玉焼き チーズ入りサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 味噌汁 筑前煮 ミックスサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 チキンナゲット グリーンサラダ 納豆 牛乳	御飯 ポタージュ ジャーマンポテト サラダ ジュース 納豆	御飯 味噌汁 魚の塩焼 コーンのサラダ 納豆 牛乳	
	I総計 -831kcal 卵白ク:23.6g 脂質 :27.0g 食塩相:4.3g	I総計 -834kcal 卵白ク:25.4g 脂質 :22.2g 食塩相:2.8g	I総計 -928kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :27.5g 食塩相:3.3g	I総計 -780kcal 卵白ク:31.0g 脂質 :24.4g 食塩相:2.7g	I総計 -930kcal 卵白ク:27.7g 脂質 :34.4g 食塩相:2.5g	I総計 -708kcal 卵白ク:16.3g 脂質 :15.3g 食塩相:3.1g	I総計 -747kcal 卵白ク:27.9g 脂質 :19.6g 食塩相:2.4g	
	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	タコライス コンソメスープ ロールケーキ	けんちんうどん 肉まん みかんゼリー	明太クリームパスタ 卵スープ 千切野菜サラダ	鶏肉のごま味噌照り焼き丼 味噌汁 おかか和え	塩ラーメン 御飯 春巻	豚キムチ炒飯 わかめスープ 原宿ドッグ	豚肉と野菜のピリ辛丼 スープ オクラの和え物	
	I総計 -921kcal 卵白ク:31.0g 脂質 :29.0g 食塩相:3.1g	I総計 -719kcal 卵白ク:27.2g 脂質 :16.7g 食塩相:4.7g	I総計 -689kcal 卵白ク:27.3g 脂質 :21.5g 食塩相:5.4g	I総計 -897kcal 卵白ク:37.5g 脂質 :29.7g 食塩相:6.4g	I総計 -1034kcal 卵白ク:29.8g 脂質 :34.5g 食塩相:11.7g	I総計 -954kcal 卵白ク:24.2g 脂質 :31.8g 食塩相:3.9g	I総計 -912kcal 卵白ク:32.3g 脂質 :36.8g 食塩相:3.8g	
	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 牛肉と玉葱のブルコギ風炒め ごま和え	御飯 味噌汁 BBQチキン ごぼうサラダ	御飯 具沢山味噌汁 アジフライ&チーズはんぺんフライ チガソ菜と加加の和え物 納豆	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 ポテトサラダ	御飯 味噌汁 ミートボールの酢豚風 イカサラダ	御飯 味噌汁 チキン南蛮 もやしのサラダ	御飯 味噌汁 和風チキンソテー 枝豆のふっくら揚げ	
	I総計 -987kcal 卵白ク:31.9g 脂質 :40.0g 食塩相:4.3g	I総計 -1078kcal 卵白ク:35.3g 脂質 :48.4g 食塩相:2.9g	I総計 -930kcal 卵白ク:25.7g 脂質 :30.2g 食塩相:3.6g	I総計 -936kcal 卵白ク:30.0g 脂質 :42.6g 食塩相:2.7g	I総計 -747kcal 卵白ク:23.1g 脂質 :19.5g 食塩相:2.9g	I総計 -935kcal 卵白ク:33.0g 脂質 :32.2g 食塩相:3.9g	I総計 -985kcal 卵白ク:42.4g 脂質 :36.5g 食塩相:3.7g	
	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総計 -2739kcal 卵白ク:86.5g 脂質 :96.0g 食塩相:11.8g	I総計 -2631kcal 卵白ク:87.9g 脂質 :87.3g 食塩相:10.5g	I総計 -2547kcal 卵白ク:85.0g 脂質 :79.2g 食塩相:12.4g	I総計 -2613kcal 卵白ク:98.5g 脂質 :96.7g 食塩相:11.8g	I総計 -2711kcal 卵白ク:80.6g 脂質 :88.4g 食塩相:17.1g	I総計 -2597kcal 卵白ク:73.5g 脂質 :79.3g 食塩相:10.8g	I総計 -2644kcal 卵白ク:102.6g 脂質 :92.9g 食塩相:9.9g	

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)

