

# 週間献立表

	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)	10月22日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁 つくねの甘辛焼き ビーンズサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 豆腐ハンバーグとコーン・トマトのソテー レタスとコーンのサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 カツ・コロケ アパラのサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 ハンバーグ ツナサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 メンチカツ ベーコン入りサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン マカロニスープ アパラ - ソテーとポテトのソテー 千切りサラダ 納豆 ジュース	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 柚子風味肉だんご 枝豆とコーンのサラダ 納豆 牛乳
	I総計 -727kcal 卵白ク:27.3g 脂質 :17.2g 食塩相:3.6g	I総計 -782kcal 卵白ク:26.7g 脂質 :19.1g 食塩相:2.6g	I総計 -939kcal 卵白ク:28.5g 脂質 :31.3g 食塩相:2.6g	I総計 -695kcal 卵白ク:26.6g 脂質 :18.4g 食塩相:3.0g	I総計 -922kcal 卵白ク:26.4g 脂質 :30.2g 食塩相:3.1g	I総計 -692kcal 卵白ク:14.8g 脂質 :11.5g 食塩相:2.4g	I総計 -747kcal 卵白ク:27.0g 脂質 :16.0g 食塩相:2.5g
	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	豚丼 味噌汁 クラッシュゼリー (マスカット)	きつねそば ちらし風混ぜ御飯 どら焼き	なすとパ - ソのトマトソースパゲティ コンソメスープ フランスパン	鶏肉のネギ塩丼 卵スープ フルーツヨーグルト	野菜醤油ラーメン 御飯 しゅうまい	ポークガーリックライス 青菜のスープ プリン	ピリ辛肉味噌丼 清し汁 中華和え
	I総計 -852kcal 卵白ク:31.7g 脂質 :28.9g 食塩相:2.5g	I総計 -844kcal 卵白ク:26.1g 脂質 :8.2g 食塩相:2.0g	I総計 -683kcal 卵白ク:21.9g 脂質 :19.7g 食塩相:3.5g	I総計 -793kcal 卵白ク:32.9g 脂質 :26.9g 食塩相:2.4g	I総計 -912kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :21.0g 食塩相:12.1g	I総計 -660kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :15.6g 食塩相:2.3g	I総計 -935kcal 卵白ク:33.7g 脂質 :23.7g 食塩相:3.5g
	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	御飯 味噌汁 チキン南蛮 キャベツの塩昆布和え	御飯 味噌汁 豚肉の和風炒め マカロニサラダ	御飯 味噌汁 魚の塩焼き 肉じゃが 納豆	御飯 味噌汁 ポークスパイシー炒め 枝豆入りサラダ	御飯 清し汁 鶏肉の味噌漬焼 酢の物	御飯 味噌汁 フライ盛り合わせ からし菜のポン酢和え	御飯 味噌汁 ガリバタ醤油チキン 野菜サラダ
	I総計 -971kcal 卵白ク:32.8g 脂質 :38.5g 食塩相:4.1g	I総計 -891kcal 卵白ク:35.0g 脂質 :37.5g 食塩相:3.5g	I総計 -745kcal 卵白ク:34.6g 脂質 :12.2g 食塩相:3.8g	I総計 -939kcal 卵白ク:34.3g 脂質 :35.0g 食塩相:3.4g	I総計 -805kcal 卵白ク:33.5g 脂質 :23.8g 食塩相:2.3g	I総計 -865kcal 卵白ク:24.2g 脂質 :20.2g 食塩相:4.1g	I総計 -859kcal 卵白ク:33.6g 脂質 :34.0g 食塩相:3.2g
	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総計 -2550kcal 卵白ク:91.8g 脂質 :84.6g 食塩相:10.2g	I総計 -2517kcal 卵白ク:87.8g 脂質 :64.8g 食塩相:8.1g	I総計 -2367kcal 卵白ク:85.0g 脂質 :63.2g 食塩相:9.9g	I総計 -2427kcal 卵白ク:93.8g 脂質 :80.3g 食塩相:8.8g	I総計 -2639kcal 卵白ク:91.9g 脂質 :75.0g 食塩相:17.5g	I総計 -2217kcal 卵白ク:61.4g 脂質 :47.3g 食塩相:8.8g	I総計 -2541kcal 卵白ク:94.3g 脂質 :73.7g 食塩相:9.3g

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)

