



# 週間献立表



	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁 キャベツとウィンナーのソテー 海藻サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 筑前煮 シーザーサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 チキンナゲット グリーンサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 ハンバーグ いんげんと大根のサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 つくねと根菜の煮物 コールスローサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 野菜のすり身焼きとミニオムレツ 和風サラダ ジュース 納豆	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 メンチカツ 千切りサラダ 納豆 牛乳
	I材料 : 626kcal 卵白ク : 19.6g 脂質 : 15.9g 食塩相 : 2.6g	I材料 : 795kcal 卵白ク : 25.2g 脂質 : 21.8g 食塩相 : 3.0g	I材料 : 936kcal 卵白ク : 29.4g 脂質 : 36.6g 食塩相 : 2.8g	I材料 : 756kcal 卵白ク : 26.5g 脂質 : 18.0g 食塩相 : 2.8g	I材料 : 774kcal 卵白ク : 24.7g 脂質 : 16.2g 食塩相 : 3.5g	I材料 : 685kcal 卵白ク : 19.2g 脂質 : 9.9g 食塩相 : 2.6g	I材料 : 832kcal 卵白ク : 25.4g 脂質 : 22.1g 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	韓国風タッカルビ丼 卵スープ クリームコンフェ	札幌辛味噌ラーメン 御飯 揚げ餃子	ミートスパゲッティ バジルスープ コーンブレッド	ハヤシライス きのこスープ プリン	鶏塩うどん ちくわの天ぷら 赤かぶ御飯	豚肉甘だれサラダ丼 オニオンスープ 小松菜と油揚げのごま和え	すき焼丼 清し汁 キャベツの塩昆布和え
	I材料 : 872kcal 卵白ク : 26.4g 脂質 : 22.2g 食塩相 : 2.4g	I材料 : 936kcal 卵白ク : 30.8g 脂質 : 26.4g 食塩相 : 7.0g	I材料 : 700kcal 卵白ク : 26.5g 脂質 : 17.6g 食塩相 : 3.9g	I材料 : 885kcal 卵白ク : 25.5g 脂質 : 25.6g 食塩相 : 4.7g	I材料 : 806kcal 卵白ク : 33.4g 脂質 : 21.3g 食塩相 : 6.6g	I材料 : 927kcal 卵白ク : 34.2g 脂質 : 34.6g 食塩相 : 1.9g	I材料 : 852kcal 卵白ク : 29.4g 脂質 : 28.8g 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
夕食	御飯 豆腐スープ ポークチャップ スパゲティサラダ	御飯 味噌汁 チキン南蛮 もやしと青菜の和えもの	御飯 清まし汁 サバの味噌煮 白菜とツナの和えもの 納豆	御飯 味噌汁 揚げどりのおろしポン酢かけ ポテトサラダ	御飯 具だくさん汁 フライ盛り合わせ 小松菜とえのきの中華風和え	御飯 清し汁 鶏肉の味噌漬焼 ベーコンと切干大根の炒め	御飯 わかめスープ クリームシチュー コーン入りサラダ
	I材料 : 1108kcal 卵白ク : 34.5g 脂質 : 48.8g 食塩相 : 2.5g	I材料 : 949kcal 卵白ク : 32.4g 脂質 : 37.3g 食塩相 : 3.0g	I材料 : 720kcal 卵白ク : 26.5g 脂質 : 25.0g 食塩相 : 2.5g	I材料 : 924kcal 卵白ク : 30.7g 脂質 : 34.3g 食塩相 : 3.2g	I材料 : 801kcal 卵白ク : 22.9g 脂質 : 23.5g 食塩相 : 3.7g	I材料 : 871kcal 卵白ク : 34.4g 脂質 : 30.4g 食塩相 : 2.1g	I材料 : 904kcal 卵白ク : 36.2g 脂質 : 18.9g 食塩相 : 5.5g
	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
合計	I材料 : 2606kcal 卵白ク : 80.5g 脂質 : 86.9g 食塩相 : 7.5g	I材料 : 2680kcal 卵白ク : 88.4g 脂質 : 85.5g 食塩相 : 13.0g	I材料 : 2356kcal 卵白ク : 82.4g 脂質 : 79.2g 食塩相 : 9.2g	I材料 : 2565kcal 卵白ク : 82.7g 脂質 : 77.9g 食塩相 : 10.7g	I材料 : 2381kcal 卵白ク : 81.0g 脂質 : 61.0g 食塩相 : 13.8g	I材料 : 2483kcal 卵白ク : 87.8g 脂質 : 74.9g 食塩相 : 6.6g	I材料 : 2588kcal 卵白ク : 91.0g 脂質 : 69.8g 食塩相 : 11.1g

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)

