



週間献立表

	1月8日(月)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	
朝食	御飯・パン 味噌汁 コロッケ・しゅうまい 和風サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 コロッケ・しゅうまい 和風サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 厚揚げと根菜の煮物 かに風味サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 ハンバーグ 大根サラダ 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 味噌汁 じゃが芋とウィンナーソテー ニース風サラダ 納豆 ジュース	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 メンチカツ 海草サラダ 納豆 牛乳	
	I総計 -640kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :12.3g 食塩相:2.5g	I総計 -640kcal 卵白ク:20.8g 脂質 :12.3g 食塩相:2.5g	I総計 -858kcal 卵白ク:30.6g 脂質 :19.3g 食塩相:4.9g	I総計 -729kcal 卵白ク:24.5g 脂質 :16.0g 食塩相:2.9g	I総計 -823kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :27.3g 食塩相:2.4g	I総計 -683kcal 卵白ク:17.6g 脂質 :9.6g 食塩相:2.3g	I総計 -792kcal 卵白ク:23.4g 脂質 :20.2g 食塩相:2.8g	
	アレルギー7品目							
	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ
カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	
昼食	チキンマヨ丼 卵スープ ドレッシング和え	チキンマヨ丼 卵スープ ドレッシング和え	なすとベーコンのトマトパスタ コンソメスープ フランスパン	チキンカレー わかめスープ プリン	きつねうどん 五目御飯 ちくわの天ぷら	鶏肉のネギ塩丼 清し汁 デザートムース(イチゴ)	中華丼 えのきとニラのスープ クラッシュゼリー(オレンジ)	
	I総計 -866kcal 卵白ク:32.7g 脂質 :35.3g 食塩相:1.9g	I総計 -866kcal 卵白ク:32.7g 脂質 :35.3g 食塩相:1.9g	I総計 -679kcal 卵白ク:20.1g 脂質 :20.3g 食塩相:2.9g	I総計 -813kcal 卵白ク:29.2g 脂質 :16.4g 食塩相:4.8g	I総計 -727kcal 卵白ク:22.4g 脂質 :11.9g 食塩相:4.6g	I総計 -781kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :26.2g 食塩相:2.9g	I総計 -660kcal 卵白ク:23.4g 脂質 :9.9g 食塩相:2.5g	
	アレルギー7品目							
	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ
カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	
夕食	豚丼 味噌汁 ミックスサラダ	御飯 味噌汁 デミハンバーグ ポテトサラダ	御飯 味噌汁 鮭の漬け焼 なめ草和え 納豆	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 モロヘイヤのお浸し	御飯 味噌汁 油淋鶏 ビーフンソテー	御飯 味噌汁 豚肉のキムチ炒め ナムル	御飯 味噌汁 タンドリーチキン マヨネーズ和え	
	I総計 -801kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :29.0g 食塩相:2.6g	I総計 -905kcal 卵白ク:35.2g 脂質 :37.4g 食塩相:4.7g	I総計 -754kcal 卵白ク:35.7g 脂質 :13.2g 食塩相:4.2g	I総計 -898kcal 卵白ク:34.3g 脂質 :31.3g 食塩相:2.9g	I総計 -952kcal 卵白ク:31.4g 脂質 :32.0g 食塩相:4.0g	I総計 -924kcal 卵白ク:34.8g 脂質 :35.7g 食塩相:3.4g	I総計 -836kcal 卵白ク:34.9g 脂質 :31.8g 食塩相:2.7g	
	アレルギー7品目							
	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ	卵 乳 小麦 エビ
カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば	
日計	I総計 -801kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :29.0g 食塩相:2.6g	I総計 -2411kcal 卵白ク:88.7g 脂質 :85.0g 食塩相:9.1g	I総計 -2291kcal 卵白ク:86.4g 脂質 :52.8g 食塩相:12.0g	I総計 -2440kcal 卵白ク:88.0g 脂質 :63.7g 食塩相:10.6g	I総計 -2502kcal 卵白ク:77.9g 脂質 :71.2g 食塩相:11.1g	I総計 -2388kcal 卵白ク:84.4g 脂質 :71.5g 食塩相:8.6g	I総計 -2288kcal 卵白ク:81.7g 脂質 :61.9g 食塩相:7.9g	

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)

