

# 週間献立表

	1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁 豚肉のケチャップ炒め シーザーサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 メンチカツ チーズ入りサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 れんこんとウインナー炒め ハム入りサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 ハンバーグ ミックスサラダ 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	御飯・パン ポタージュ ジャーマンポテト サラダ 納豆 ジュース	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 魚の塩焼と厚焼き玉子 からし菜の和え物 納豆 牛乳
	I補材 -:762kcal 卵白ク:26.9g 脂質 :20.4g 食塩相:2.7g	I補材 -:854kcal 卵白ク:26.9g 脂質 :24.2g 食塩相:3.0g	I補材 -:847kcal 卵白ク:26.1g 脂質 :21.9g 食塩相:4.3g	I補材 -:690kcal 卵白ク:24.8g 脂質 :17.7g 食塩相:3.0g	I補材 -:911kcal 卵白ク:26.3g 脂質 :33.4g 食塩相:2.6g	I補材 -:676kcal 卵白ク:15.4g 脂質 :13.3g 食塩相:2.0g	I補材 -:750kcal 卵白ク:33.1g 脂質 :15.1g 食塩相:3.3g
	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	唐揚げ丼 清し汁 春雨とわかめの酢の物	けんちんうどん ゆかり御飯 みかんゼリー	ミートスパゲティ 卵スープ チーズパン	鶏五目炒飯 コンソメスープ ロールケーキ	昔ながらの函館塩ラーメン 御飯 餃子	焼き鳥丼 わかめスープ クラッシュゼリー(青りんご)	豚肉とキャベツのスタミナ丼 スープ コーンのサラダ
	I補材 -:440kcal 卵白ク:21.7g 脂質 :30.8g 食塩相:2.9g	I補材 -:752kcal 卵白ク:25.6g 脂質 :12.6g 食塩相:4.2g	I補材 -:649kcal 卵白ク:25.1g 脂質 :11.6g 食塩相:4.4g	I補材 -:837kcal 卵白ク:26.7g 脂質 :15.1g 食塩相:3.1g	I補材 -:861kcal 卵白ク:29.3g 脂質 :16.4g 食塩相:12.1g	I補材 -:860kcal 卵白ク:31.3g 脂質 :31.9g 食塩相:2.7g	I補材 -:815kcal 卵白ク:31.6g 脂質 :31.5g 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
夕食	御飯 味噌汁 青椒肉絲 キャベツの塩昆布和え	御飯 味噌汁 BBQチキン ごぼうサラダ	御飯 にらと豆腐のスープ A:魚の韓国風焼 B:チキンソテー キャベツとちくわのハッパチーズソテー 納豆	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 ポテトサラダ	御飯 味噌汁 油淋鶏 もやしのラー油和え	御飯 味噌汁 フライ盛り合わせ チンゲン菜のボン酢和え	御飯 味噌汁 照り焼きチキン 白菜と春菊のお浸し
	I補材 -:679kcal 卵白ク:28.7g 脂質 :13.7g 食塩相:2.1g	I補材 -:898kcal 卵白ク:33.6g 脂質 :33.7g 食塩相:2.1g	I補材 -:1038kcal 卵白ク:54.6g 脂質 :38.2g 食塩相:3.2g	I補材 -:902kcal 卵白ク:32.5g 脂質 :36.1g 食塩相:2.8g	I補材 -:814kcal 卵白ク:29.7g 脂質 :30.1g 食塩相:3.4g	I補材 -:757kcal 卵白ク:21.7g 脂質 :19.9g 食塩相:4.0g	I補材 -:733.7g 脂質 :33.7g 食塩相:3.0g
	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補材 -:1881kcal 卵白ク:77.3g 脂質 :64.9g 食塩相:7.6g	I補材 -:2504kcal 卵白ク:86.1g 脂質 :70.5g 食塩相:9.3g	I補材 -:2534kcal 卵白ク:105.8g 脂質 :71.7g 食塩相:12.0g	I補材 -:2429kcal 卵白ク:84.0g 脂質 :68.9g 食塩相:8.9g	I補材 -:2586kcal 卵白ク:85.3g 脂質 :79.9g 食塩相:18.0g	I補材 -:2293kcal 卵白ク:68.4g 脂質 :65.1g 食塩相:8.8g	I補材 -:2384kcal 卵白ク:98.4g 脂質 :71.5g 食塩相:8.8g

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)

