



週間献立

	2月1日(月)	2月2日(火)	2月3日(水)	2月4日(木)	2月5日(金)	2月6日(土)	2月7日(日)	
朝食	御飯 油揚げと水菜の味噌汁 まけの塩焼き マカロニサラダ 納豆 牛乳	御飯 若布とネギの味噌汁 チキンナゲット 大根サラダ 納豆 牛乳	御飯 里芋といんげんの味噌汁 きのこのバターソテー ポテトサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 3.のりと玉葱の味噌汁 卵焼きとウインナー 枝豆とコーンのサラダ 納豆 牛乳	御飯 厚揚げとチンゲン菜の味噌汁 肉入り野菜炒め えびとブロッコリーのサラダ 納豆 牛乳	パン ポタージュ プレーンオムレツ チーズサラダ 牛乳・オレンジジュース	御飯 油揚げと長ネギの味噌汁 甘酢ダレ肉だんご ツナサラダ 納豆 牛乳	
	エネルギー:713kcal タンパク:27.7g 脂質:22.4g 食塩相:2.6g	エネルギー:820kcal タンパク:32.1g 脂質:28.9g 食塩相:3.7g	エネルギー:704kcal タンパク:21.8g 脂質:18.4g 食塩相:2.9g	エネルギー:796kcal タンパク:29.3g 脂質:32.0g 食塩相:3.5g	エネルギー:624kcal タンパク:26.2g 脂質:16.2g 食塩相:3.2g	エネルギー:1159kcal タンパク:37.3g 脂質:39.8g 食塩相:6.1g	エネルギー:686kcal タンパク:23.3g 脂質:19.2g 食塩相:2.9g	
	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	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	他人井 白菜の味噌汁 ツナ入りサラダ	ちめんぼん麺 えびぎょうざ ゆかり御飯	ハンバーグカレー コンソメスープ コールスローサラダ	甘辛からあげ丼 ベジタブルスープ 野菜サラダ	なすとベーコンのトマトスパゲティ 玉葱とコーンのスープ パンパンジーサラダ	麻婆丼 チンゲン菜と人参の味噌汁 春雨中華サラダ	ソースカツ丼 とろろ昆布とかいわれの味噌汁 ミックスサラダ	
	エネルギー:808kcal タンパク:35.5g 脂質:33.5g 食塩相:2.7g	エネルギー:851kcal タンパク:29.7g 脂質:21.2g 食塩相:8.1g	エネルギー:740kcal タンパク:19.4g 脂質:24.3g 食塩相:4.6g	エネルギー:837kcal タンパク:18.1g 脂質:31.5g 食塩相:4.3g	エネルギー:743kcal タンパク:28.7g 脂質:26.7g 食塩相:4.2g	エネルギー:742kcal タンパク:28.7g 脂質:25.0g 食塩相:3.6g	エネルギー:819kcal タンパク:22.1g 脂質:28.3g 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	
	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 ヤマイモ	カニ 落花生 そば ヤマイモ	カニ 落花生 そば ヤマイモ	カニ 落花生 そば ヤマイモ	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 いか
夕食	御飯 庄内麩と大根菜の味噌汁 照り焼きチキン 南瓜の煮物	御飯 花麩とネギの清し汁 スタミナポーク スパゲティサラダ ワッフル	御飯 豆腐とみつばの清し汁 さばの味噌煮 肉豆腐チャンプルー 納豆	御飯 ほうれん草と油揚げの味噌汁 牛肉のケチャップ炒め ごぼうサラダ	御飯 わかめと豆麩の味噌汁 ミックスフライ 肉じゃが	御飯 セロリのスープ ロールキャベツクリームソース コロケ	御飯 麩と三つ葉の清し汁 鶏肉のごま味噌焼き 白菜の炒め煮	
	エネルギー:767kcal タンパク:34.0g 脂質:24.9g 食塩相:3.1g	エネルギー:908kcal タンパク:31.6g 脂質:38.2g 食塩相:2.7g	エネルギー:927kcal タンパク:37.6g 脂質:45.2g 食塩相:2.6g	エネルギー:976kcal タンパク:25.8g 脂質:48.2g 食塩相:3.9g	エネルギー:786kcal タンパク:25.6g 脂質:22.5g 食塩相:3.2g	エネルギー:689kcal タンパク:16.2g 脂質:16.6g 食塩相:4.6g	エネルギー:763kcal タンパク:33.8g 脂質:29.6g 食塩相:2.9g	
	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	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 いか	カニ 落花生 そば ヤマイモ	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 ヤマイモ	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば
日計	エネルギー:2288kcal タンパク:97.2g 脂質:80.8g 食塩相:8.4g	エネルギー:2579kcal タンパク:93.4g 脂質:88.3g 食塩相:14.5g	エネルギー:2371kcal タンパク:78.8g 脂質:87.9g 食塩相:10.1g	エネルギー:2609kcal タンパク:73.2g 脂質:111.7g 食塩相:11.7g	エネルギー:2153kcal タンパク:80.5g 脂質:65.4g 食塩相:10.6g	エネルギー:2590kcal タンパク:82.2g 脂質:81.4g 食塩相:14.3g	エネルギー:2268kcal タンパク:79.2g 脂質:77.1g 食塩相:9.0g	

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品目を色分けにて表示しております。(赤色:原材料含まれる 緑:同一ラインまたは、同一工場で使用)

