



### 週間献立

	11月1日(月)	11月2日(火)	11月3日(水)	11月4日(木)	11月5日(金)	11月6日(土)	11月7日(日)	
朝食	御飯 なめこと大根菜の味噌汁 豆腐ハンバーグコロッケ ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳	御飯 ろう昆布と豆苗の味噌汁 ジャーマンポテト 卵サラダ 納豆 牛乳	御飯 大根と絹さやの味噌汁 しゅうまい 野菜サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 里芋といんげんの味噌汁 チキンナゲット 海草サラダ 納豆 牛乳	御飯 豆腐とふのりの味噌汁 厚焼き卵といわしの梅煮 菜の花のからし和え 納豆 牛乳	パン コンソメスープ ハムカツ マカロニサラダ 牛乳・オレンジジュース	御飯 なめこと絹絹の味噌汁 鶏肉野菜炒め ごぼうサラダ 納豆 牛乳	
	エネルギー:-822kcal タンパク:26.8g 脂質:29.0g 食塩相:3.1g	エネルギー:-778kcal タンパク:22.3g 脂質:26.8g 食塩相:3.4g	エネルギー:-793kcal タンパク:28.5g 脂質:21.7g 食塩相:3.1g	エネルギー:-816kcal タンパク:32.2g 脂質:28.8g 食塩相:3.6g	エネルギー:-698kcal タンパク:29.2g 脂質:19.4g 食塩相:3.1g	エネルギー:-1226kcal タンパク:33.3g 脂質:54.2g 食塩相:6.2g	エネルギー:-828kcal タンパク:31.3g 脂質:33.6g 食塩相:3.7g	
	アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①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	
	カニ 落花生 そば	カニ 落花生 そば 落花生	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	いかとかき揚げの天丼 白菜と小松菜の味噌汁 豚しゃぶサラダ	ボンゴレ・ロソフ ベジタブルスープ かにクリームコロッケ	ビビンバ丼 中華スープ ももまんじゅう	ビーフカレー コーンとかいわれのスープ フルーツヨーグルト	関西風肉うどん 大学イモ たぬき御飯	鶏肉の甘辛炒め丼 えびと小松菜のスープ えびとブロッコリーのサラダ	シスコライス ほうれん草とネギのスープ アスパラサラダ	
	エネルギー:-766kcal タンパク:16.7g 脂質:30.7g 食塩相:3.0g	エネルギー:-596kcal タンパク:18.9g 脂質:13.5g 食塩相:3.0g	エネルギー:-666kcal タンパク:21.7g 脂質:19.5g 食塩相:4.0g	エネルギー:-870kcal タンパク:20.7g 脂質:30.2g 食塩相:3.7g	エネルギー:-915kcal タンパク:31.5g 脂質:19.6g 食塩相:7.0g	エネルギー:-678kcal タンパク:31.4g 脂質:21.4g 食塩相:2.8g	エネルギー:-725kcal タンパク:19.3g 脂質:26.9g 食塩相:5.8g	
	アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①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	
	カニ 落花生 チェリー いか	カニ 落花生 そば もも	カニ 落花生 もも いか	カニ 落花生 そば いか	カニ 落花生 そば もも	カニ 落花生 そば もも	カニ 落花生 そば もも	
夕食	御飯 ごぼうと油揚げの味噌汁 甘辛ヤンニョムチキン 肉じゃが	御飯 豆麩と菜の花の味噌汁 豚肉の生姜焼き いんげんの醤油マヨ和え	御飯 ニラと卵の味噌汁 カレーの煮付け なすの味噌炒め 納豆	御飯 花麩とみつばの味噌汁 鶏肉のネギソース スパゲティサラダ	回鍋肉丼 若布と油揚げの味噌汁 ナムル	御飯 もやしと人参の味噌汁 鮭のピカタ焼き つくねの甘辛焼き	御飯 豆腐とみつばの味噌汁 海老のオイスター炒め 中華風春雨サラダ	
	エネルギー:-881kcal タンパク:38.3g 脂質:28.3g 食塩相:3.8g	エネルギー:-824kcal タンパク:28.5g 脂質:37.1g 食塩相:2.5g	エネルギー:-643kcal タンパク:30.2g 脂質:15.6g 食塩相:3.4g	エネルギー:-899kcal タンパク:27.9g 脂質:30.7g 食塩相:4.5g	エネルギー:-513kcal タンパク:26.4g 脂質:34.9g 食塩相:3.8g	エネルギー:-659kcal タンパク:33.4g 脂質:12.6g 食塩相:3.9g	エネルギー:-587kcal タンパク:23.6g 脂質:8.9g 食塩相:4.1g	
	アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①品目		アレルギー①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	
	カニ 落花生 ママイモ もも	カニ 落花生 そば ママイモ	カニ 落花生 そば ママイモ	カニ 落花生 そば いか	カニ 落花生 そば	カニ もも チェリー ママイモ	カニ 落花生 もも いか	
日計	エネルギー:-2469kcal タンパク:81.8g 脂質:88.0g 食塩相:10.0g	エネルギー:-2138kcal タンパク:69.7g 脂質:77.4g 食塩相:8.8g	エネルギー:-2102kcal タンパク:80.4g 脂質:56.8g 食塩相:10.5g	エネルギー:-2585kcal タンパク:80.8g 脂質:89.7g 食塩相:11.9g	エネルギー:-2126kcal タンパク:87.1g 脂質:73.9g 食塩相:13.9g	エネルギー:-2563kcal タンパク:98.1g 脂質:88.2g 食塩相:12.9g	エネルギー:-2140kcal タンパク:74.2g 脂質:69.4g 食塩相:13.6g	

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、息遣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)

