



週間献立

	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)	1月29日(土)	1月30日(日)	
朝食	御飯 とろろ昆布とかいせいの味噌汁 メンチカツ&チーズポテト A:枝豆とコーンのサラダ B:南瓜のサラダ C:なめ茸和え 納豆・味付けのり牛乳	御飯 燃やしと大根菜の味噌汁 豚肉のケチャップ炒め A:ごぼうサラダ B:野菜サラダ C:菜の花のからし和え 納豆・味付けのり牛乳	御飯 厚揚げと小葱の味噌汁 キャベツベーコンソテー A:レモン風味チキンサラダ B:卵サラダ C:金平ごぼう 納豆・味付けのり牛乳・ヨーグルト	御飯 ふのりと葱の味噌汁 オムレツとコロッケ A:マカロニサラダ B:グリーンサラダ C:切干大根の煮物 納豆・味付けのり牛乳	御飯 なめことオクウラの味噌汁 チキンナゲット A:ブロッコリーとコーンのサラダ B:ハムとキャベツのサラダ C:ふきの炒め煮 納豆・味付けのり牛乳	パン ベジタブルスープ 目玉焼き&ハンバーグ A:コロッケ B:さつまいもと林檎のサラダ C:ブロッコリーと豆のサラダ 牛乳・ジュース	御飯 花麩とオクラの味噌汁 鮭の塩焼き A:かにかまサラダ B:えびしゅうまい C:ひじき炒め煮 納豆・味付けのり牛乳	
	エネルギー:848kcal タンパク:25.5g 脂質:31.3g 食塩相:2.9g	エネルギー:725kcal タンパク:24.4g 脂質:25.0g 食塩相:3.4g	エネルギー:723kcal タンパク:26.7g 脂質:20.9g 食塩相:3.0g	エネルギー:872kcal タンパク:24.8g 脂質:32.6g 食塩相:3.6g	エネルギー:835kcal タンパク:34.3g 脂質:29.1g 食塩相:3.6g	エネルギー:1027kcal タンパク:32.3g 脂質:37.1g 食塩相:3.9g	エネルギー:623kcal タンパク:32.2g 脂質:12.8g 食塩相:2.1g	
	アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目	
	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 落花生	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば やまいも	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	牛丼 豆腐とのりの味噌汁 ポテトサラダ	あんかけ焼きそば わかめスープ 肉まん	シスコライス からのコンソメスープ 海藻サラダ	鶏肉の塩だれ丼 きくらげスープ 春巻き	明太クリームパスタ 白菜スープ オレンジムース	みそ豚丼 庄内麩と三つ葉の清し汁 ほうれん草のおかか和え	豚肉の香味醤油だれ丼 ほうれん草と人参の味噌汁 千切り野菜サラダ	
	エネルギー:815kcal タンパク:30.0g 脂質:33.7g 食塩相:3.4g	エネルギー:711kcal タンパク:21.3g 脂質:20.4g 食塩相:3.8g	エネルギー:462kcal タンパク:10.0g 脂質:3.1g 食塩相:4.2g	エネルギー:1021kcal タンパク:35.4g 脂質:50.7g 食塩相:2.8g	エネルギー:651kcal タンパク:23.9g 脂質:18.2g 食塩相:4.9g	エネルギー:883kcal タンパク:29.7g 脂質:38.3g 食塩相:3.3g	エネルギー:766kcal タンパク:28.9g 脂質:31.2g 食塩相:2.9g	
	アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目	
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 チェリー もも	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば いか	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 もも いか	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 いか もも	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 もも やまいも	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 やまいも もも	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 やまいも もも	
夕食	御飯 春雨スープ 鶏肉のマーマレード焼き ハムサラダ	御飯 花麩と菜の花の清し汁 赤魚の西京焼き 肉じゃが 納豆	御飯 卵とにらの味噌汁 和風ハンバーグ 大根サラダ デザート(ミニパフェ)	御飯 庄内麩とかいせいの清し汁 豚肉と大根のスタミナみそ炒め ツナ入りサラダ	御飯 キャベツと油揚げの味噌汁 鶏肉の粗引きマスタード焼き ひじきの炒め煮	御飯 もやしと豆苗の味噌汁 牛肉と野菜のガーリックソテー ホワイトアスパラサラダ	御飯 チンゲン菜と椎茸のスープ チキンピカタ からしマヨ和え	
	エネルギー:718kcal タンパク:32.1g 脂質:25.3g 食塩相:2.1g	エネルギー:649kcal タンパク:28.8g 脂質:13.9g 食塩相:3.1g	エネルギー:826kcal タンパク:25.9g 脂質:28.7g 食塩相:3.2g	エネルギー:855kcal タンパク:24.5g 脂質:40.0g 食塩相:2.5g	エネルギー:771kcal タンパク:33.6g 脂質:31.1g 食塩相:3.0g	エネルギー:718kcal タンパク:21.7g 脂質:30.2g 食塩相:3.4g	エネルギー:773kcal タンパク:33.1g 脂質:32.1g 食塩相:2.0g	
	アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目		アレルギーの品目	
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 ヤマイモ いか	卵 乳 小麦 エビ いか もも そば ヤマイモ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば いか	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば いか	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ もも チェリー ヤマイモ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 もも いか	
日計	エネルギー:2381kcal タンパク:87.6g 脂質:90.3g 食塩相:8.4g	エネルギー:2085kcal タンパク:74.5g 脂質:59.3g 食塩相:10.3g	エネルギー:2011kcal タンパク:62.6g 脂質:52.7g 食塩相:10.3g	エネルギー:2748kcal タンパク:84.7g 脂質:123.3g 食塩相:8.9g	エネルギー:2257kcal タンパク:91.8g 脂質:78.4g 食塩相:11.5g	エネルギー:2628kcal タンパク:83.7g 脂質:105.6g 食塩相:10.6g	エネルギー:2162kcal タンパク:94.2g 脂質:76.1g 食塩相:7.0g	

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)

