



週間献立表

	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)	6月16日(日)
朝食	御飯 味噌汁 ジャーマンポテト サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ハンバーグ 大根サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ハムカツとカリムコック チーズ入りサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 味噌汁 チキンナゲット スナップえんどうのサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 野菜サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 れんこんとウィンナー炒め カニカマサラダ 納豆 ジュース	御飯 味噌汁 魚の塩焼 ツナ入りサラダ 納豆 牛乳
	I総計 -662kcal 卵白ク:18.1g 脂質 :18.3g 食塩相:2.5g	I総計 -654kcal 卵白ク:23.2g 脂質 :15.8g 食塩相:2.9g	I総計 -749kcal 卵白ク:24.1g 脂質 :16.8g 食塩相:2.1g	I総計 -817kcal 卵白ク:24.7g 脂質 :31.2g 食塩相:2.7g	I総計 -576kcal 卵白ク:18.6g 脂質 :10.9g 食塩相:2.6g	I総計 -609kcal 卵白ク:15.2g 脂質 :12.9g 食塩相:3.9g	I総計 -636kcal 卵白ク:29.7g 脂質 :13.0g 食塩相:2.7g
	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 くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ
昼食	鶏五目炒飯 青菜のスープ いちごミルクカステラ	たぬきそば 鮭わかめ御飯 つくね棒	ミートスパゲティ きのこスープ ミルクパン	カレーライス わかめスープ プリン	味噌ラーメン 御飯 餃子	豚挽肉とキャベツののっけ丼 味噌汁 デザートムース(オレンジ)	鶏肉のごまラー油丼 卵スープ 春雨の中華和え
	I総計 -785kcal 卵白ク:27.0g 脂質 :11.3g 食塩相:3.1g	I総計 -898kcal 卵白ク:32.0g 脂質 :23.8g 食塩相:7.1g	I総計 -695kcal 卵白ク:25.5g 脂質 :13.0g 食塩相:4.5g	I総計 -1189kcal 卵白ク:28.3g 脂質 :28.2g 食塩相:4.0g	I総計 -961kcal 卵白ク:34.0g 脂質 :21.9g 食塩相:7.1g	I総計 -790kcal 卵白ク:28.4g 脂質 :26.4g 食塩相:2.6g	I総計 -819kcal 卵白ク:32.4g 脂質 :23.8g 食塩相:2.2g
	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 くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ
夕食	御飯 味噌汁 豚肉とキャベツの炒めもの ゆかり和え	御飯 味噌汁 鶏肉の竜田揚げ 小松菜のマヨぼん和え	御飯 清し汁 魚の南部焼 ピーナツ和え 納豆	御飯 味噌汁 鶏肉のごま漬焼 からし菜と油揚げのお浸し	御飯 味噌汁 フライ盛り合わせ スパゲティサラダ	御飯 中華スープ 油淋鶏 白菜と胡瓜の塩昆布和え	御飯 味噌汁 和風ハンバーグ キャベツと枝豆のサラダ
	I総計 -844kcal 卵白ク:32.6g 脂質 :34.0g 食塩相:2.4g	I総計 -807kcal 卵白ク:29.8g 脂質 :31.8g 食塩相:2.3g	I総計 -513kcal 卵白ク:26.4g 脂質 :4.4g 食塩相:2.8g	I総計 -823kcal 卵白ク:36.2g 脂質 :25.5g 食塩相:3.0g	I総計 -928kcal 卵白ク:22.9g 脂質 :23.1g 食塩相:4.0g	I総計 -754kcal 卵白ク:28.2g 脂質 :27.3g 食塩相:2.2g	I総計 -685kcal 卵白ク:23.9g 脂質 :15.2g 食塩相:3.5g
	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 くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば くるみ
日計	I総計 -2291kcal 卵白ク:77.7g 脂質 :63.6g 食塩相:8.0g	I総計 -2359kcal 卵白ク:85.0g 脂質 :71.4g 食塩相:12.2g	I総計 -1957kcal 卵白ク:76.0g 脂質 :34.2g 食塩相:9.4g	I総計 -2829kcal 卵白ク:89.2g 脂質 :84.9g 食塩相:9.7g	I総計 -2465kcal 卵白ク:75.5g 脂質 :55.9g 食塩相:13.7g	I総計 -2153kcal 卵白ク:71.8g 脂質 :66.6g 食塩相:8.7g	I総計 -2140kcal 卵白ク:86.0g 脂質 :52.0g 食塩相:8.4g

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)

