



# 週間献立表

	10月14日(月)	10月15日(火)	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)
朝食	御飯 味噌汁 柚子風味肉だんご ビーンズサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 チキンナゲット レタスとコーンのサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 豚肉とビーンズのケチャップ炒め アスパラのサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 味噌汁 メンチカツ ツナサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 チキンナゲット ハム入りサラダ 納豆 牛乳	御飯 オニオンスープ チンゲン菜とベーコンのソテー 千切りサラダ 納豆 ジュース	御飯 味噌汁 オムレツとウインナー 枝豆とコーンのサラダ 納豆 牛乳
	エネルギー:627kcal タンパク:22.8g 脂質:12.6g 食塩相:2.5g	エネルギー:827kcal タンパク:23.0g 脂質:28.0g 食塩相:2.4g	エネルギー:798kcal タンパク:28.1g 脂質:17.5g 食塩相:2.3g	エネルギー:753kcal タンパク:23.0g 脂質:23.0g 食塩相:2.8g	エネルギー:845kcal タンパク:23.9g 脂質:28.1g 食塩相:2.5g	エネルギー:625kcal タンパク:14.0g 脂質:11.5g 食塩相:2.1g	エネルギー:753kcal タンパク:22.9g 脂質:21.6g 食塩相:2.8g
	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8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	鶏肉のネギ塩丼 味噌汁 フルーチェ(いちご)	辣醬麵 御飯 餃子	白菜とベーコンの和風クリームスープ コンソメスープ フランスパン	バター醤油豚丼 味噌汁 二色ナムル	かしわそば わかめ御飯 どら焼き	ポークガーリックライス 卵スープ 杏仁フルーツ	キャベツの肉みそがけ丼 味噌汁 プリン
	エネルギー:786kcal タンパク:32.8g 脂質:26.7g 食塩相:3.4g	エネルギー:953kcal タンパク:28.6g 脂質:27.9g 食塩相:12.3g	エネルギー:700kcal タンパク:24.3g 脂質:19.0g 食塩相:4.7g	エネルギー:796kcal タンパク:34.7g 脂質:26.2g 食塩相:3.3g	エネルギー:846kcal タンパク:44.9g 脂質:10.2g 食塩相:5.0g	エネルギー:658kcal タンパク:21.5g 脂質:14.6g 食塩相:1.8g	エネルギー:929kcal タンパク:29.3g 脂質:20.5g 食塩相:3.7g
	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8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 豚肉のバーベキュー炒め からし菜のポン酢和え 納豆	御飯 味噌汁 油淋鶏 キャベツの塩昆布和え 納豆	御飯 味噌汁 魚の胡麻マヨ焼き さつま揚げと切干大根の炒め 納豆	御飯 味噌汁 甘辛ヤンニョムチキン スパゲティサラダ 納豆	御飯 清し汁 豚肉の黒コショウ炒め 白菜の炒め煮 納豆	御飯 味噌汁 フライ盛り合わせ ほうれん草の海苔和え 納豆	御飯 味噌汁 鶏肉のチーズ焼 マカロニソテー 納豆
	エネルギー:753kcal タンパク:34.9g 脂質:22.9g 食塩相:2.7g	エネルギー:855kcal タンパク:30.9g 脂質:28.7g 食塩相:2.7g	エネルギー:676kcal タンパク:26.0g 脂質:12.5g 食塩相:3.2g	エネルギー:879kcal タンパク:33.2g 脂質:34.1g 食塩相:2.9g	エネルギー:864kcal タンパク:35.8g 脂質:27.6g 食塩相:3.5g	エネルギー:818kcal タンパク:24.0g 脂質:17.6g 食塩相:3.8g	エネルギー:866kcal タンパク:36.4g 脂質:29.8g 食塩相:2.7g
	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8品目	アレルギー8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	エネルギー:2166kcal タンパク:90.5g 脂質:62.2g 食塩相:8.6g	エネルギー:2635kcal タンパク:82.5g 脂質:84.6g 食塩相:17.4g	エネルギー:2174kcal タンパク:78.4g 脂質:49.0g 食塩相:10.2g	エネルギー:2428kcal タンパク:90.9g 脂質:83.3g 食塩相:9.0g	エネルギー:2555kcal タンパク:104.6g 脂質:65.9g 食塩相:11.0g	エネルギー:2101kcal タンパク:59.5g 脂質:43.7g 食塩相:7.7g	エネルギー:2548kcal タンパク:88.6g 脂質:71.9g 食塩相:9.2g

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8品目を色分け表示しております。(赤色:原材料が含まれる/緑色:同一ラインまたは同一工場で使用)

