

週間献立表

	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)
朝食	御飯 味噌汁 チキンナゲット アスパラサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ハンバーグ 千切りサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ポテトのコンソメ炒め 大根サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯 味噌汁 がんと煮 ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 オムレツと赤ウインナー かに風味サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 チキンナゲット コールスローサラダ 納豆 ジュース	御飯 味噌汁 和風野菜炒め ニース風サラダ 納豆 牛乳
	エネルギー:777kcal タンパク:19.7g 脂質:24.9g 食塩相:2.3g アレルギー8品目	エネルギー:703kcal タンパク:21.2g 脂質:16.0g 食塩相:2.7g アレルギー8品目	エネルギー:737kcal タンパク:18.7g 脂質:14.7g 食塩相:3.5g アレルギー8品目	エネルギー:632kcal タンパク:23.1g 脂質:9.2g 食塩相:2.3g アレルギー8品目	エネルギー:667kcal タンパク:18.6g 脂質:13.5g 食塩相:2.6g アレルギー8品目	エネルギー:717kcal タンパク:15.4g 脂質:23.5g 食塩相:2.4g アレルギー8品目	エネルギー:590kcal タンパク:14.8g 脂質:9.6g 食塩相:2.0g 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
	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
昼食	ビビンバ丼 わかめスープ マンゴープリン	たぬきそば 炊き込み御飯 かぼちゃコロッケ	カルボナーラ風スパゲッティ 卵スープ チーズパン	豚肉とキャベツの甜面醬丼 味噌汁 コーヒーゼリー	函館塩ラーメン 御飯 焼売	豚肉の香味醬油だれ丼 味噌汁 もやしとオクラのおかか和え	甘辛チキン丼 わかめスープ ムース(ぶどう)
	エネルギー:719kcal タンパク:25.8g 脂質:22.9g 食塩相:4.3g アレルギー8品目	エネルギー:738kcal タンパク:24.6g 脂質:10.9g 食塩相:8.3g アレルギー8品目	エネルギー:720kcal タンパク:23.0g 脂質:26.9g 食塩相:3.6g アレルギー8品目	エネルギー:872kcal タンパク:35.6g 脂質:29.0g 食塩相:2.7g アレルギー8品目	エネルギー:814kcal タンパク:27.9g 脂質:17.1g 食塩相:11.7g アレルギー8品目	エネルギー:837kcal タンパク:36.2g 脂質:23.9g 食塩相:3.6g アレルギー8品目	エネルギー:916kcal タンパク:31.9g 脂質:38.2g 食塩相:2.5g 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
	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
夕食	御飯 味噌汁 豚肉の葱醬油炒め ゆかり和え 納豆	御飯 オニオンスープ ペペロンチキン マカロニサラダ 納豆	御飯 味噌汁 魚の甘酢あんかけ もやしとニラのカレー風味炒め 納豆	御飯 味噌汁 鶏肉のチーズカレー焼き スパゲティソテー 納豆	御飯 味噌汁 ミックスフライ 三色野菜のナムル 納豆	御飯 コンソメスープ チキンソテーのタルソース添え ほうれん草の白ごま和え 納豆	御飯 味噌汁 和風ハンバーグ ミックスサラダ 納豆
	エネルギー:829kcal タンパク:35.5g 脂質:24.4g 食塩相:2.3g アレルギー8品目	エネルギー:892kcal タンパク:33.1g 脂質:32.9g 食塩相:3.1g アレルギー8品目	エネルギー:652kcal タンパク:26.8g 脂質:9.0g 食塩相:4.1g アレルギー8品目	エネルギー:963kcal タンパク:38.6g 脂質:27.8g 食塩相:2.8g アレルギー8品目	エネルギー:816kcal タンパク:21.1g 脂質:15.7g 食塩相:4.2g アレルギー8品目	エネルギー:799kcal タンパク:32.1g 脂質:32.7g 食塩相:2.2g アレルギー8品目	エネルギー:768kcal タンパク:24.4g 脂質:15.2g 食塩相:4.5g 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
	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
目計	エネルギー:2325kcal タンパク:81.0g 脂質:72.2g 食塩相:8.9g	エネルギー:2333kcal タンパク:78.9g 脂質:59.8g 食塩相:14.0g	エネルギー:2109kcal タンパク:68.5g 脂質:50.6g 食塩相:11.2g	エネルギー:2467kcal タンパク:97.3g 脂質:66.0g 食塩相:7.9g	エネルギー:2297kcal タンパク:67.6g 脂質:46.3g 食塩相:18.5g	エネルギー:2353kcal タンパク:83.7g 脂質:80.1g 食塩相:8.2g	エネルギー:2274kcal タンパク:71.1g 脂質:63.0g 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)

