

週間献立表

	12月16日(月)	12月17日(火)	12月18日(水)	12月19日(木)	12月20日(金)	12月21日(土)	12月22日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁 チキンナゲット ニース風サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 野菜のケチャップ炒め ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 コンロコック・はんぺんチーズフライ 和風サラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁 じゃが芋とウインナーソテー グリーンサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 ハンバーグ カニ風味サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁 厚揚げと根菜の煮物 大根サラダ 納豆 ジュース	御飯・パン・コーンフレーク 味噌汁 チキンナゲット 野菜サラダ 納豆 牛乳
	エネルギー:778kcal タンパク:22.2g 脂質:29.2g 食塩相:2.5g アレルギー8品目	エネルギー:553kcal タンパク:13.5g 脂質:12.3g 食塩相:3.0g アレルギー8品目	エネルギー:752kcal タンパク:19.3g 脂質:21.4g 食塩相:2.4g アレルギー8品目	エネルギー:570kcal タンパク:14.6g 脂質:10.6g 食塩相:2.1g アレルギー8品目	エネルギー:609kcal タンパク:20.5g 脂質:13.8g 食塩相:2.7g アレルギー8品目	エネルギー:613kcal タンパク:16.2g 脂質:9.8g 食塩相:2.6g アレルギー8品目	エネルギー:761kcal タンパク:21.0g 脂質:29.2g 食塩相:2.3g 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	鶏肉の回鍋肉丼 もやしのスープ バウムクーヘン(チョコ)	セレクトラーメン 御飯 春巻	カレーライス ベジタブルスープ プリン	鶏五目炒飯 卵スープ クラッシュゼリー(オレンジ)	関西風肉うどん おかか御飯 小松菜と油揚げのごま和え	鶏肉の辛味噌丼 わかめスープ デザートムース(ぶどう)	麻婆丼 中華スープ 豆乳プリン
	エネルギー:704kcal タンパク:23.6g 脂質:21.5g 食塩相:3.4g アレルギー8品目	エネルギー:814kcal タンパク:24.5g 脂質:19.8g 食塩相:10.7g アレルギー8品目	エネルギー:776kcal タンパク:20.9g 脂質:20.5g 食塩相:4.3g アレルギー8品目	エネルギー:721kcal タンパク:25.3g 脂質:11.8g 食塩相:2.6g アレルギー8品目	エネルギー:801kcal タンパク:33.7g 脂質:17.1g 食塩相:7.0g アレルギー8品目	エネルギー:697kcal タンパク:23.1g 脂質:17.7g 食塩相:1.9g アレルギー8品目	エネルギー:755kcal タンパク:27.5g 脂質:25.3g 食塩相:1.6g 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 豚肉の生姜焼 のり和え 納豆	御飯 味噌汁 ガーリック醤油チキン ビーフソテー 納豆	御飯 味噌汁 魚のチリソースかけ 白菜とツナの和え物 納豆	御飯 味噌汁 スタミナポーク キャベツのサラダ 納豆	御飯 味噌汁 甘辛ヤンニョムチキン ナムル 納豆	御飯 味噌汁 豚肉のバーベキュー炒め 春雨入りサラダ 納豆	御飯 味噌汁 ミックスフライ 白菜の炒め煮 納豆
	エネルギー:734kcal タンパク:33.3g 脂質:22.2g 食塩相:3.0g アレルギー8品目	エネルギー:925kcal タンパク:36.7g 脂質:32.3g 食塩相:3.5g アレルギー8品目	エネルギー:600kcal タンパク:17.1g 脂質:15.7g 食塩相:4.3g アレルギー8品目	エネルギー:793kcal タンパク:33.1g 脂質:22.0g 食塩相:2.0g アレルギー8品目	エネルギー:783kcal タンパク:33.2g 脂質:25.8g 食塩相:2.9g アレルギー8品目	エネルギー:727kcal タンパク:31.5g 脂質:21.1g 食塩相:2.2g アレルギー8品目	エネルギー:876kcal タンパク:23.8g 脂質:26.6g 食塩相:3.7g 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:2216kcal タンパク:79.1g 脂質:72.9g 食塩相:8.9g	エネルギー:2292kcal タンパク:74.7g 脂質:64.4g 食塩相:17.3g	エネルギー:2128kcal タンパク:57.3g 脂質:57.6g 食塩相:11.0g	エネルギー:2084kcal タンパク:73.0g 脂質:44.4g 食塩相:6.6g	エネルギー:2193kcal タンパク:87.4g 脂質:56.7g 食塩相:12.7g	エネルギー:2037kcal タンパク:70.8g 脂質:48.6g 食塩相:6.7g	エネルギー:2392kcal タンパク:72.3g 脂質:81.1g 食塩相:7.6g

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、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)

