

週間献立表

	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)	2月22日(日)
朝食	御飯 味噌汁 照り焼ミートボール ツナのサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 野菜の粒マスタード炒め 海草サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 根菜の旨煮 枝豆入りサラダ 納豆 牛乳・ジョア	御飯 味噌汁 チキンナゲット 大根サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 肉じゃが ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 キャベツと厚揚げのそぼろ炒め チーズ入りサラダ 納豆 牛乳・ジュース	御飯 味噌汁 がんもと大根の煮物 ハム入りサラダ 納豆 牛乳・コーンフレーク
	1食あたり:654kcal タンパク質:22.3g 脂質*:13.1g 食塩相:2.5g	1食あたり:660kcal タンパク質:17.0g 脂質*:20.9g 食塩相:2.9g	1食あたり:702kcal タンパク質:27.4g 脂質*:13.4g 食塩相:2.8g	1食あたり:825kcal タンパク質:24.1g 脂質*:33.2g 食塩相:2.6g	1食あたり:642kcal タンパク質:20.5g 脂質*:13.9g 食塩相:2.5g	1食あたり:624kcal タンパク質:20.9g 脂質*:13.3g 食塩相:2.6g	1食あたり:586kcal タンパク質:18.7g 脂質*:11.2g 食塩相:2.5g
	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	豚丼 清し汁 チンゲン菜のごま和え	ミートスパゲティ ごぼうのスープ ごまロールパン	シチューオンライス ベジタブルスープ 豆乳プリン	ポークガーリックライス きのこスープ クラッシュゼリー(マスカット)	博多豚骨ラーメン 御飯 肉焼売	唐揚げ丼 わかめスープ いちごムース	豚肉と白菜のあんかけ丼 味噌汁 もやしのラー油和え
	1食あたり:743kcal タンパク質:33.3g 脂質*:20.5g 食塩相:3.0g	1食あたり:680kcal タンパク質:24.4g 脂質*:14.5g 食塩相:4.1g	1食あたり:909kcal タンパク質:27.9g 脂質*:26.3g 食塩相:5.5g	1食あたり:700kcal タンパク質:24.0g 脂質*:16.1g 食塩相:2.7g	1食あたり:890kcal タンパク質:28.0g 脂質*:27.4g 食塩相:6.6g	1食あたり:815kcal タンパク質:29.0g 脂質*:27.9g 食塩相:2.4g	1食あたり:792kcal タンパク質:38.7g 脂質*:27.2g 食塩相:2.5g
	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	チキンカレー コンソメスープ ミックスサラダ	御飯 味噌汁 豚肉の旨ダレ焼 ひじきのゴママリネ 納豆	御飯 さつま汁 鮭ザンギ もやしとザーサイの和え物 納豆	御飯 とり野菜みそ風鍋 フライ盛り合わせ 納豆	御飯 ニラとしめじのスープ 鶏肉のオイマヨ焼き 青じそ和え 納豆	御飯 味噌汁 豚肉のキムチ炒め 小松菜のマヨ和え 納豆	御飯 味噌汁 チキン南蛮 春雨の中華和え 納豆
	1食あたり:694kcal タンパク質:23.4g 脂質*:13.9g 食塩相:5.5g	1食あたり:771kcal タンパク質:37.0g 脂質*:23.9g 食塩相:3.8g	1食あたり:603kcal タンパク質:26.2g 脂質*:12.6g 食塩相:2.3g	1食あたり:1018kcal タンパク質:37.1g 脂質*:29.6g 食塩相:4.3g	1食あたり:798kcal タンパク質:32.5g 脂質*:31.8g 食塩相:2.3g	1食あたり:844kcal タンパク質:36.1g 脂質*:31.7g 食塩相:4.1g	1食あたり:863kcal タンパク質:31.1g 脂質*:31.2g 食塩相:3.1g
	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	1食あたり:2091kcal タンパク質:79.0g 脂質*:47.5g 食塩相:11.0g	1食あたり:2111kcal タンパク質:78.4g 脂質*:59.3g 食塩相:10.8g	1食あたり:2214kcal タンパク質:81.5g 脂質*:52.3g 食塩相:10.6g	1食あたり:2543kcal タンパク質:85.2g 脂質*:78.9g 食塩相:9.6g	1食あたり:2330kcal タンパク質:81.0g 脂質*:73.1g 食塩相:11.5g	1食あたり:2283kcal タンパク質:86.0g 脂質*:72.9g 食塩相:9.0g	1食あたり:2241kcal タンパク質:88.5g 脂質*:69.6g 食塩相:8.2g

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)

