

# 週間献立表

	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)
朝食	御飯 味噌汁 ハンバーグ 大根とツナのサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 ウインナーソーテー レタスとコーンのサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 チキンナゲット かにかまサラダ 納豆 牛乳・ジョア	御飯 味噌汁 ひじきと大豆の炒り煮 和風サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 豚肉のコンソメ炒め ハム入りサラダ 納豆 牛乳	御飯 卵スープ ウインナーとオムレツ キャベツと枝豆のサラダ 納豆 牛乳・ジュース	御飯 味噌汁 照り焼ミートボール シーザーサラダ 納豆 牛乳
	1食あたり:685kcal タンパク質:23.6g 脂質*:18.7g 食塩相:2.7g	1食あたり:604kcal タンパク質:17.2g 脂質*:16.4g 食塩相:2.6g	1食あたり:902kcal タンパク質:29.3g 脂質*:33.2g 食塩相:2.6g	1食あたり:601kcal タンパク質:19.5g 脂質*:13.1g 食塩相:2.6g	1食あたり:606kcal タンパク質:20.9g 脂質*:14.8g 食塩相:2.4g	1食あたり:646kcal タンパク質:17.6g 脂質*:18.5g 食塩相:2.0g	1食あたり:667kcal タンパク質:21.5g 脂質*:14.2g 食塩相:2.6g
	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	豚井 清し汁 土佐和え	旭川風正油ラーメン 御飯 春巻	ミートスパゲティ きのこスープ ライ麦パン	ポークガーリックライス 中華スープ デザートムース(いちご)	きつねうどん ゆかり御飯 切干大根の中華和え	チキンマヨ丼 清し汁 もやしのラー油和え	あっさり豚肉の塩レモン丼 味噌汁 クラッシュゼリー(青りんご)
	1食あたり:756kcal タンパク質:34.0g 脂質*:23.7g 食塩相:3.6g	1食あたり:913kcal タンパク質:26.6g 脂質*:24.3g 食塩相:9.9g	1食あたり:666kcal タンパク質:24.3g 脂質*:12.3g 食塩相:3.6g	1食あたり:628kcal タンパク質:20.7g 脂質*:14.5g 食塩相:2.1g	1食あたり:601kcal タンパク質:17.3g 脂質*:8.6g 食塩相:3.9g	1食あたり:809kcal タンパク質:32.2g 脂質*:32.4g 食塩相:2.6g	1食あたり:811kcal タンパク質:33.0g 脂質*:25.2g 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
夕食	御飯 味噌汁 鶏肉のチーズ焼 キャベツのペペロン炒め 納豆	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 小松菜と油揚げの和えもの 納豆	御飯 すいとん汁 さばの味噌煮 春雨とわかめの酢の物 納豆	御飯 味噌汁 鶏の唐揚げ スパゲティサラダ 納豆	御飯 味噌汁 ミックスフライ 白菜のポン酢和え 納豆	御飯 わかめスープ 八宝菜 チンゲン菜のお浸し 納豆・おやつ	御飯 オニオンスープ チキン南蛮 ピーナツ和え 納豆
	1食あたり:774kcal タンパク質:32.2g 脂質*:29.9g 食塩相:2.9g	1食あたり:769kcal タンパク質:34.7g 脂質*:24.5g 食塩相:2.5g	1食あたり:757kcal タンパク質:23.0g 脂質*:24.1g 食塩相:2.5g	1食あたり:874kcal タンパク質:31.0g 脂質*:36.2g 食塩相:2.6g	1食あたり:706kcal タンパク質:23.6g 脂質*:12.5g 食塩相:3.1g	1食あたり:759kcal タンパク質:29.4g 脂質*:21.4g 食塩相:4.8g	1食あたり:835kcal タンパク質:29.4g 脂質*:33.3g 食塩相:2.9g
	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:2215kcal タンパク質:89.8g 脂質*:72.3g 食塩相:9.2g	1食あたり:2286kcal タンパク質:78.5g 脂質*:65.2g 食塩相:15.0g	1食あたり:2325kcal タンパク質:76.6g 脂質*:69.6g 食塩相:8.8g	1食あたり:2103kcal タンパク質:71.2g 脂質*:63.8g 食塩相:7.3g	1食あたり:1913kcal タンパク質:61.8g 脂質*:35.9g 食塩相:9.4g	1食あたり:2214kcal タンパク質:79.2g 脂質*:72.3g 食塩相:9.4g	1食あたり:2313kcal タンパク質:83.9g 脂質*:72.7g 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)

