



週間献立表



	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)
朝食	御飯 味噌汁 がんもの煮物 野菜サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 野菜のオイスター炒め ブロッコリー入りサラダ 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・ジョア	御飯 味噌汁 メンチカツ 大根サラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 野菜の炒め物 千切りサラダ 納豆 牛乳	御飯 味噌汁 オムレツとウインナー かにかまサラダ 納豆 牛乳・ジュース	御飯 味噌汁 豚肉のきんぴら 大根サラダ 納豆 牛乳・コーンフレーク
	1人1食:584kcal タンパク:18.4g 脂質*:11.0g 食塩相:2.5g	1人1食:567kcal タンパク:16.4g 脂質*:10.6g 食塩相:2.7g	1人1食:5941kcal タンパク:30.2g 脂質*:30.7g 食塩相:2.9g	1人1食:740kcal タンパク:22.6g 脂質*:21.3g 食塩相:2.9g	1人1食:631kcal タンパク:17.6g 脂質*:14.8g 食塩相:2.4g	1人1食:682kcal タンパク:19.2g 脂質*:20.8g 食塩相:2.8g	1人1食:642kcal タンパク:21.0g 脂質*:13.5g 食塩相:2.1g
	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
昼食	鶏つくね丼 清し汁 ナムル	セタメニュー ちらし寿司 清し汁 星のコロッケ セタゼリー	ミートスパゲティ コンソメスープ チーズパン	高菜チャーハン 中華スープ デザートムース(メロン)	札幌辛味噌ラーメン 御飯 揚げ餃子	ソースチキンカツ丼 味噌汁 ほうれん草のごまみそ和え	豚丼 清し汁 ミックスサラダ
	1人1食:676kcal タンパク:25.2g 脂質*:20.1g 食塩相:3.3g	1人1食:798kcal タンパク:14.4g 脂質*:18.1g 食塩相:4.8g	1人1食:659kcal タンパク:26.6g 脂質*:12.9g 食塩相:4.1g	1人1食:619kcal タンパク:21.0g 脂質*:14.2g 食塩相:4.2g	1人1食:859kcal タンパク:30.1g 脂質*:23.2g 食塩相:6.5g	1人1食:769kcal タンパク:25.6g 脂質*:20.8g 食塩相:3.4g	1人1食:741kcal タンパク:32.4g 脂質*:23.2g 食塩相:1.9g
	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
夕食	御飯 かぶのスープ 鶏肉のカレー焼 ピーナツ和え 納豆	御飯 卵スープ 揚げどりのおろしポン酢かけ チンゲン菜の柚子醤油和え 納豆	御飯 五目汁 魚の味噌煮 春雨の和え物 納豆	御飯 味噌汁 ポークスパイシー炒め ゆかり和え 納豆	御飯 味噌汁 フライ盛り合わせ 白菜の生姜和え 納豆	御飯 わかめスープ ポークチャップ マカロニサラダ 納豆	御飯 味噌汁 デミグラスハンバーグ もやしのピリ辛和え 納豆
	1人1食:739kcal タンパク:32.3g 脂質*:25.2g 食塩相:2.7g	1人1食:749kcal タンパク:28.7g 脂質*:27.9g 食塩相:1.5g	1人1食:736kcal タンパク:23.2g 脂質*:24.3g 食塩相:2.6g	1人1食:765kcal タンパク:33.8g 脂質*:23.6g 食塩相:3.5g	1人1食:801kcal タンパク:22.3g 脂質*:21.5g 食塩相:3.7g	1人1食:849kcal タンパク:33.8g 脂質*:32.0g 食塩相:2.6g	1人1食:668kcal タンパク:25.1g 脂質*:15.7g 食塩相:3.5g
	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
日計	1人1食:1982kcal タンパク:77.3g 脂質*:49.1g 食塩相:9.3g	1人1食:2114kcal タンパク:59.5g 脂質*:56.6g 食塩相:9.0g	1人1食:2536kcal タンパク:83.5g 脂質*:78.2g 食塩相:12.0g	1人1食:2124kcal タンパク:77.4g 脂質*:59.1g 食塩相:10.6g	1人1食:2108kcal タンパク:65.1g 脂質*:56.4g 食塩相:9.4g	1人1食:2300kcal タンパク:78.6g 脂質*:73.6g 食塩相:8.8g	1人1食:2051kcal タンパク:78.5g 脂質*:52.4g 食塩相:7.5g

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)

LEOC

