



週間献立表



	9月14日(月)					9月15日(火)					9月16日(水)					9月17日(木)					9月18日(金)					9月19日(土)					9月20日(日)				
朝食						御飯 味噌汁 ウインナーとオムレツ 大根サラダ 納豆 牛乳					御飯 味噌汁 ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳・ジョア					御飯 味噌汁 メンチカツ 野菜サラダ 納豆 牛乳					御飯 味噌汁 厚揚げと根菜の煮物 千切りサラダ 納豆 牛乳					御飯 味噌汁 チキンナゲット ツナ入りサラダ 納豆 牛乳・ジュース					御飯 味噌汁 アスパラとベーコンのソテー キャベツサラダ 納豆 牛乳				
	111kcal タンパク質:21.1g 脂質*:22.2g 食塩相:2.6g					111kcal タンパク質:21.6g 脂質*:13.3g 食塩相:2.4g					111kcal タンパク質:22.3g 脂質*:21.0g 食塩相:2.7g					111kcal タンパク質:22.1g 脂質*:16.8g 食塩相:2.9g					111kcal タンパク質:19.2g 脂質*:25.0g 食塩相:2.1g					111kcal タンパク質:17.2g 脂質*:14.1g 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									
	卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ						
昼食						ジンギスカン風丼 中華スープ みかんゼリー					キャベツの肉みそがけ丼 コンソメスープ 明太チーズ和え					豚肉と白菜のあんかけ丼 きのこスープ スパゲティサラダ					函館塩ラーメン 御飯 春巻					豚丼 清し汁 ミックスサラダ					タンドリーチキン丼 味噌汁 おかかポン酢和え				
	111kcal タンパク質:33.2g 脂質*:23.3g 食塩相:1.2g					111kcal タンパク質:29.6g 脂質*:20.4g 食塩相:5.2g					111kcal タンパク質:37.9g 脂質*:36.1g 食塩相:2.0g					111kcal タンパク質:29.4g 脂質*:24.7g 食塩相:13.3g					111kcal タンパク質:32.5g 脂質*:23.2g 食塩相:1.9g					111kcal タンパク質:32.6g 脂質*:23.6g 食塩相:2.3g									
	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 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ						
夕食	御飯 味噌汁 チーズハンバーグ ミックスサラダ 納豆					御飯 味噌汁 チキン南蛮 おかか和え 納豆					御飯 すいとん汁 魚のカレームニエル 切干大根の炒め煮 納豆					御飯 清し汁 鶏肉の味噌漬焼 生姜和え 納豆					御飯 味噌汁 豚肉の香味醤油炒め 小松菜とえのきの中華和え 納豆					御飯 かぶのスープ 鶏肉の和風ステーキ ビーフンサラダ 納豆・おやつ					御飯 中華スープ 豚肉のガリバタ炒め 塩昆布和え 納豆				
	111kcal タンパク質:22.6g 脂質*:25.3g 食塩相:3.3g					111kcal タンパク質:30.5g 脂質*:34.1g 食塩相:3.1g					111kcal タンパク質:27.5g 脂質*:9.4g 食塩相:2.9g					111kcal タンパク質:32.3g 脂質*:24.4g 食塩相:2.3g					111kcal タンパク質:34.6g 脂質*:25.1g 食塩相:3.1g					111kcal タンパク質:33.2g 脂質*:27.4g 食塩相:2.9g					111kcal タンパク質:33.9g 脂質*:26.0g 食塩相:2.7g				
	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 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ		卵 カニ	乳 落花生	小麦 そば	エビ くるみ						
日計	111kcal タンパク質:22.6g 脂質*:25.3g 食塩相:3.3g					111kcal タンパク質:84.8g 脂質*:79.6g 食塩相:6.9g					111kcal タンパク質:78.7g 脂質*:43.1g 食塩相:10.4g					111kcal タンパク質:92.5g 脂質*:81.5g 食塩相:6.9g					111kcal タンパク質:86.1g 脂質*:66.6g 食塩相:19.3g					111kcal タンパク質:84.9g 脂質*:75.6g 食塩相:7.0g					111kcal タンパク質:83.7g 脂質*:63.7g 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)

