



週間献立予定表



日にち	5月21日		5月22日		5月23日		5月24日		5月25日		5月26日		5月27日	
曜日	月		火		水		木		金		土		日	
朝食 	ご飯・パン ポイルウィンナー もやしのゆかりあえ 野菜サラダ 汁物 味付けのり 乳酸飲料		ご飯・パン 肉団子の甘酢あん 春雨の華風サラダ 野菜サラダ 汁物 ふりかけ 乳酸飲料		ご飯・パン ベーコンとアスパラ炒め ごぼうサラダ 野菜サラダ 汁物 ふりかけ 乳酸飲料		ご飯・パン じゃが芋のスープ煮 ツナアスパラ 野菜サラダ 汁物 ふりかけ ヨーグルト		ご飯・パン 豚肉と野菜の塩炒め 青梗菜とえびの和え物 野菜サラダ 汁物 ふりかけ 乳酸飲料		ご飯・汁物 里芋と牛肉の煮物 ほうれん草錦糸かけ 野菜サラダ 汁物 ふりかけ 乳酸飲料		ご飯・パン オムレツ 筑前煮 野菜サラダ 汁物 ふりかけ 乳酸飲料	
	豚バラ丼 大根とホタテのマヨ和え コーンサラダ 汁物 牛乳		月見うどん 竹輪の磯辺揚げ アスパラ味噌和え 鮭わかめご飯 プリン		回鍋肉丼 焼売 チョレギサラダ ゼリー 牛乳		他人丼 中華ポテト ほうれん草しめじ和え 汁物 牛乳		カレーライス チキンカツ シーザーサラダ フルーツカクテル 牛乳		豚キムチ丼 ポテトサラダ 五色ナムル 果物 牛乳		ご飯 豚肉のカレーソテー 春巻き ツナとごぼうのサラダ 汁物 牛乳	
	ご飯 アジフライ 鶏ささみのごまだれサラダ 根菜の煮物 野菜サラダ 汁物		ご飯 豚肉のしょうが炒め れんこんの金平 なすの辛子あえ キャベツのもみ漬け 汁物		ご飯 ささみチーズカツ キャベツサラダ マカロニサラダ 豚肉と野菜炒め 汁物		ご飯 牛肉の四川炒め もやしのキムチ和え キャベツサラダ ブロッコリーミルク煮 汁物		ご飯 ハンバーグオニオンソース 粉ふき芋 スパゲティソテー キャベツサラダ 汁物		ご飯 エビカツ 豚肉と厚揚げの和風あん もやしの辛子和え ポテトの彩りサラダ 汁物		ご飯 チキンのトマト煮 ミートコロケ 卵サラダ キャベツサラダ 汁物	
	エネルギー	2,694	kcal	2,497	kcal	2,695	kcal	2,781	kcal	2,833	kcal	2,467	kcal	2,999
たんぱく質	86.8	g	81.2	g	82.9	g	96.4	g	81.7	g	89.3	g	117.5	g
脂質	80.3	g	55.5	g	98.5	g	65.7	g	79.9	g	61.6	g	114.2	g
塩分	8.9	g	12.4	g	8.7	g	12.5	g	8.5	g	7.3	g	10.8	g

仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承くださいませ。

