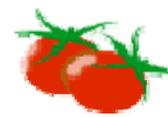




週間献立予定表



日にち	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
朝食 	ご飯・パン 魚の塩焼き ひじき煮 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ	ご飯・パン 鶏肉とアスパラの炒め 金平ごぼう 野菜サラダ 汁物 ヨーグルト ふりかけ	ご飯・パン 豚肉と玉葱のケチャップ炒め ほうれん草と舞茸の和え物 野菜サラダ 汁物 牛乳 のり佃煮	ご飯・パン スクランブルエッグ 豚肉と野菜の旨煮 野菜サラダ 汁物 牛乳 味付けのり	ご飯・パン 厚焼き玉子 鶏肉とアスパラソテー 野菜サラダ 汁物 牛乳 うめびしお	ご飯・パン ポイルウインナー さつま揚げとこんにゃくの煮物 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ	ご飯・パン 豆腐ハンバーグ 切干大根煮 野菜サラダ 汁物 牛乳 のり佃煮
	ベーコンクリームスパゲティ シーフードサラダ 混ぜご飯 汁物 ゼリー	ビーフカレー イカフライ 福神漬け プリン 牛乳	鶏そぼろ丼 ベーコンともやしのソテー 明太子入りスパサラ 汁物 乳酸飲料	唐揚げ丼 かぼちゃ煮 小松菜とエビの和え物 汁物 乳酸飲料	カレーうどん なすと玉葱の炒め物 シーザーサラダ ご飯 乳酸飲料	ご飯 チキンソテー和風ソース ほうれん草としめじのソテー ハム入りサラダ 汁物 乳酸飲料	チャーハン 餃子 青梗菜のシラス和え 汁物 乳酸飲料
	ご飯 豚肉のキムチ炒め 大根とさつま揚げの炒め煮 ミニメンチカツ スロー 汁物	ご飯 ポークソテーオニオンソース 大根と人参の煮物 ブロッコリーのマリネ スロー 汁物	ご飯 牛肉と春雨の炒め物 焼売 きゅうりのナムル スロー 汁物	ご飯 鮭のチーズ焼き フライドポテト 白菜とチキンの洋風煮 スロー 汁物	ご飯 とんかつデミソースがけ マカロニソテー さつま芋サラダ スロー 汁物	ご飯 回鍋肉 中華ポテト メンマ和え スロー 汁物	ご飯 鶏の唐揚げ ミニポトフ わかめと胡瓜の生姜和え スロー 汁物
	エネルギー 2,787 kcal	2,946 kcal	2,791 kcal	2,804 kcal	2,950 kcal	2,637 kcal	2,762 kcal
たんぱく質 94.2 g	89.5 g	91.2 g	106.1 g	87.3 g	84.8 g	98.1 g	
脂質 73.7 g	87.7 g	74.5 g	83.0 g	92.3 g	88.3 g	82.3 g	
塩分 11.9 g	11.5 g	10.8 g	11.2 g	11.4 g	9.0 g	14.3 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。

