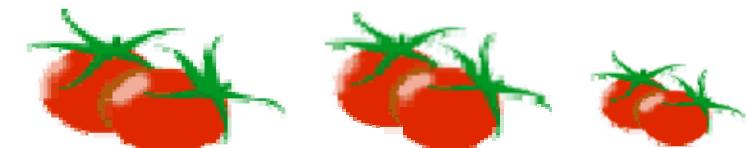


# 週間献立予定表



日 に ち	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日
曜 日	月	火	水	木	金	土	日
朝 食	ご飯・パン 海鮮団子の炒め シャキシャキポテトサラダ 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ	ご飯・パン 豆腐ハンバーグ オクラと蒸し鶏の和え物 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ	ご飯・パン 厚焼き玉子 白菜とチキンの洋風煮 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ	ご飯・パン ワインナー・ケチャップソテー 切干大根煮 野菜サラダ 汁物 牛乳 味付けのり	ご飯・パン スクランブルエッグ エビと白菜の和風煮 野菜サラダ 汁物 ヨーグルト うめびしお	ご飯・パン 焼き魚 キャベツの挽肉炒め 野菜サラダ 汁物 牛乳 のり佃煮	ご飯・パン 炒り鶏 ポテトサラダ 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ
	牛たま葱丼 白菜とほうれん草の辛子和え もやしのキムチ和え 汁物 乳酸飲料	なすと焼肉丼 こんにゃくと竹輪のピリ辛煮 キャベツときゅうりのわさび和え 汁物 プリン	きのこうどん いかの天ぷら ポテトの醤油炒め 汁物	豚キムチ丼 春巻き ほうれん草とかまぼこのマヨ醤油 汁物 乳酸飲料	ビーフカレー トンカツ シーザーサラダ 福神漬け 牛乳	チャーハン 棒々鶏 白菜のコンソメ煮 汁物 ゼリー	豚丼 マカロニの彩りサラダ もやしとかにかまの酢の物 汁物 乳酸飲料
	ご飯 豚肉の生姜焼き 五目豆煮 ブロッコリーのおかか和え スロー 汁物	ご飯 唐揚げ ひじき煮 青梗菜のシラス和え スロー 汁物	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き ほうれん草としめじのソテー 春雨の中華サラダ スロー 汁物	ご飯 鯖の味噌煮 豚肉とこんにゃくのきんぴら 卵サラダ 大根おろし 汁物	ご飯 回鍋肉 焼き餃子 わかめと胡瓜の和え物 スロー 汁物	ご飯 照焼ハンバーグ フライドポテト ブロッコリー＆カリフラワー <sup>スロー</sup> 汁物	ご飯 鶏肉と野菜のガーリックソテー <sup>スロー</sup> コロッケ ほうれん草のお浸し スロー 汁物
	エネルギー	2,642 kcal	2,714 kcal	2,691 kcal	2,782 kcal	2,904 kcal	2,562 kcal
	たんぱく質	93.2 g	99.5 g	94.5 g	92.2 g	99.0 g	98.4 g
	脂質	66.2 木	79.5 g	73.7 g	94.7 g	84.0 g	69.5 g
塩分	10.5 g	11.2 g	13.9 g	11.3 g	12.6 g	12.7 g	11.3 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。