



週間献立予定表



日にち	11月26日		11月27日		11月28日		11月29日		11月30日		12月1日		12月2日	
曜日	月		火		水		木		金		土		日	
朝食 	ご飯・パン 豆腐ハンバーグ ツナとごぼうのゴママヨ和え 野菜サラダ 汁物 牛乳 味付けのり		ご飯・パン ソーセージの炒め物 もやしと蒸し鶏のさっぱり和え 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ		ご飯・パン なすと豚肉の味噌炒め 卵サラダ 野菜サラダ 汁物 ヨーグルト うめびしお		ご飯・パン オムレツ 金平ごぼう 野菜サラダ 汁物 牛乳 のり佃煮		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 焼き魚 ジャーマンポテト 野菜サラダ 汁物 牛乳 ふりかけ		ご飯・パン スクランブルエッグ 里芋とイカの煮物 野菜サラダ 汁物 牛乳	
	肉うどん 半熟卵 大根とこんにゃくの田楽みそ 混ぜご飯 プリン		甘辛唐揚げ丼 レンコンと竹輪のヒリキ炒め ベーコンポテトサラダ 汁物 乳酸飲料		シーフードカレー きのこの炒め物 シーザーサラダ 福神漬け 牛乳		ブルコギ丼 かぼちゃ煮 春雨とハムの酢の物 汁物 乳酸飲料		チャーシュー丼 ごぼうとこんにゃくの炒め煮 ポテトの和風マヨネーズ和え 汁物 フルーツカクテル		ビーフストロガノフ コロケ イタリアンサラダ 汁物 ゼリー		焼きそば 棒々鶏 中華ポテト 汁物 乳酸飲料	
	ご飯 とんかつ ビーフソテー トマトと青じその和風サラダ スロー 汁物		ご飯 他人煮 エビにらまん マカロニサラダ スロー 汁物		ご飯 鮭フライ 鶏肉のトマト煮 ほうれん草とコーンのソテー スロー 汁物		ご飯 八宝菜 春巻き クラゲとキャベツの和え物 スロー 汁物		ご飯 チキンのガーリックソテー 京風白和え ブロッコリーのおかか和え スロー 汁物		ご飯 豚肉の葱味噌焼き たけのこがんと含め煮 もやしとハムの中華和え スロー 汁物		ご飯 串カツ 豚肉と竹の子の炒め ポテトの彩りサラダ スロー 汁物	
	エネルギー	2,818	kcal	2,837	kcal	2,944	kcal	2,623	kcal	2,612	kcal	2,922	kcal	2,754
たんぱく質	104.4	g	96.4	g	89.8	g	81.0	g	100.2	g	103.0	g	89.2	g
脂質	79.6	g	82.5	g	98.3	g	60.7	g	79.4	g	91.4	g	77.0	g
塩分	12.0	g	11.3	g	13.4	g	11.3	g	13.2	g	12.7	g	13.4	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。

