



週間献立予定表



日にち	4月8日		4月9日		4月10日		4月11日		4月12日		4月13日		4月14日	
曜日	月		火		水		木		金		土		日	
朝食 	ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン		ご飯・パン	
	目玉焼き		鶏肉とこんにゃくの甘辛炒め		肉じゃが		味付け肉団子		肉野菜炒め		鯖の塩焼き		海鮮野菜炒め	
	豚肉と大根の煮物		かぼちゃサラダ		花野菜と豆のツナ和え		ほうれん草とかまぼこのマヨ醤油和え		マカロニサラダ		ツナとアスパラの塩炒め		金平ごぼう	
	野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ		野菜サラダ	
	汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物	
牛乳		ヨーグルト		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		
味付けのり		ふりかけ		うめびしお		ふりかけ		のり佃煮		ふりかけ		ふりかけ		
昼食 	味噌かつ丼		ビーフカレー		五目麻婆丼		肉うどん		ブルコギ丼		たらこクリームスパゲティ		豚肉の生姜焼き丼	
	マカロニの彩りサラダ		きのこの炒め物		春巻き		半熟卵		大根と人参の煮物		リヨネーズポテト		インゲンソテー	
	ほうれん草とえのきの和え物		イタリアンサラダ		棒々鶏		マセドアンサラダ		チョレギサラダ		混ぜご飯		春雨サラダ	
	汁物		福神漬け		汁物		混ぜご飯		汁物		汁物		汁物	
	乳酸飲料		牛乳		乳酸飲料		ゼリー		乳酸飲料		乳酸飲料		乳酸飲料	
夕食 	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯	
	鮭のコーンマヨ焼き		メンチカツ		ハンバーグデミソース		エビカツ&イカフライ		チキンソテー和風ステーキソース		豚肉の葱味噌焼き		チキン竜田揚げ	
	粉ふき芋		おでん風煮		フライドポテト		ビーフソテー		もやしと小松菜の炒め物		こんにゃくと竹輪のピリ辛煮		なすとピーマンの炒め	
	キャベツと人参の和え物		白菜と小松菜のお浸し		青梗菜のソテー		きゅうりとわかめの和え物		ブロッコリーのマリネ		ほうれん草としめじの和え物		わかめとかにかまの酢の物	
	スロー		スロー		スロー		スロー		スロー		スロー		スロー	
汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		汁物		
エネルギー	2,774	kcal	2,854	kcal	2,682	kcal	2,644	kcal	2,854	kcal	2,760	kcal	2,790	kcal
たんぱく質	98.0	g	88.7	g	87.2	g	85.8	g	92.2	g	92.2	g	83.5	g
脂質	74.7	g	87.1	g	90.3	g	84.4	g	92.1	g	92.4	g	81.2	g
塩分	11.2	g	11.8	g	10.3	g	11.1	g	11.1	g	9.8	g	11.1	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。

