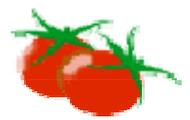




週間献立予定表



日にち	10月21日		10月22日		10月23日		10月24日		10月25日		10月26日		10月27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	
	オムレツ		鶏肉とこんにゃくの甘辛炒め		味付け肉団子		スクランブルエッグ		ポイルウインナー		焼き魚		鶏肉とアスパラの塩炒め	
	白菜と豚肉の旨煮		ほうれん草とかまぼこのマヨ醤油和え		なすとピーマンの炒め		金平ごぼう		キャベツのクリーム煮		タマゴサラダ		がんと小松菜の煮浸し	
	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		牛乳		ヨーグルト		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		
ふりかけ		味付けのり		ふりかけ		うめびしお		のり佃煮		ふりかけ		ふりかけ		
昼食 	ソースカツ丼		焼豚チャーハン		ハヤシライス		塩バターコーンラーメン		葱塩豚カルビ丼		親子丼		スタミナ丼	
	れんこんと竹輪のピリ辛炒め		春巻き		コロッケ		かぼちゃのそぼろ煮		里芋とこんにゃくの田舎煮		マカロニソテー		焼売	
	ほうれん草と油揚げの和え物		五目豆煮		シーザーサラダ		小松菜のナムル		春雨サラダ		青梗菜と白菜の胡麻和え		刻みオクラとカニカマの和え物	
	汁物		汁物		福神漬け		混ぜご飯		汁物		汁物		汁物	
	ゼリー		乳酸飲料		牛乳		乳酸飲料		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	
	牛肉のバーベキュー炒め		ポークソテーオニオンソース		鱈のマヨネーズ焼き		ハンバーグトマトソース		いかと鶏肉のチリソース		豚肉のマスタード焼き		麻婆茄子	
	スパゲティサラダ		じゃが芋と人参の煮物		おでん風煮		フライドポテト		中華ポテト		ほうれん草としめじのソテー		冷奴	
	しそ昆布		小松菜ともやしのゆずドレ和え		ブロッコリーのおかか和え		白菜と錦糸卵の和え物		メンマ和え		マセドアンサラダ		塩昆布キャベツ	
	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	2,843	kcal	2,577	kcal	2,818	kcal	2,641	kcal	2,902	kcal	2,572	kcal	2,305	kcal
	98.8	g	87.0	g	98.6	g	84.4	g	83.9	g	89.6	g	73.5	g
脂質	75.9	g	72.3	g	79.2	g	73.9	g	83.4	g	73.0	g	63.5	g
塩分	11.8	g	11.2	g	11.0	g	16.0	g	10.9	g	9.3	g	9.1	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。

