

WEEKLY MENU

	月 2月5日	火 2月6日	水 2月7日	木 2月8日	金 2月9日	土 2月10日	日 2月11日
朝食 	ご飯 汁物 味付け肉団子 ほうれん草と鮭のマヨ和え スロー 納豆 牛乳	ご飯 汁物 ツナとたまねぎの炒め物 たまごサラダ スロー ふりかけ 牛乳	ご飯 汁物 ちくわ天 茄子の挽肉炒め スロー のり佃煮 牛乳	ご飯 汁物 ボイルワインナー アスパラとしめじの金平 スロー 納豆 牛乳	ご飯・食パン 汁物 スクランブルエッグ 筑前煮 スロー ふりかけ 牛乳	ご飯 汁物 魚の生姜煮 キャベツと春雨の塩炒め スロー 味付けのり 牛乳	ご飯 汁物 ハムステーキ 大根とツナの煮物 スロー 納豆 牛乳
昼食 	鶏肉の味噌バター丼 汁物 茄子の肉詰めフライ わかめときゅうりの和え物 乳酸飲料	札幌味噌ラーメン 混ぜご飯 春巻き ひじきとさつま揚げの煮物 乳酸飲料	ポークカレー 福神漬け ナゲット キャベツとツナのマリネ ジョア	チャーシュー丼 汁物 かぼちゃのそぼろあん 小松菜としめじの和え物 乳酸飲料	ちゃんぽんクッパ ミニメンチカツ チョレギサラダ 乳酸飲料	カルボナーラ 汁物 エビカツ 混ぜご飯 乳酸飲料	牛肉ビビンバ丼 汁物 半熟卵 いんげんとしめじの和え物 乳酸飲料
夕食 	ご飯 汁物 ブルコギ 半熟卵 かぼちゃサラダ	ご飯 豚汁 さばの塩焼き キャベツと蒸し鶏のポン酢和え ビーフンソテー	お楽しみ献立表	ご飯 汁物 鶏肉の味噌炒め 刻み昆布の炒め煮 プロッコリーとコーンの和え物 スロー	ご飯 汁物 牛バラ炒め ひじき煮 小松菜のお浸し スロー	ご飯 汁物 坦々チゲ きのことほうれん草のバター醤油 さつま芋サラダ スロー	ご飯 汁物 テリマヨチキン チリコンカン プロッコリーのマヨ和え スロー

つや姫

一日合計栄養価													
エネルギー	たんぱく質	2934	98.2	2810	93.8	1503	49.7	2924	98.4	2833	97.3	2864	97.9
	脂質		88.9		86.2		40.9		87.9		86.7		87
	食塩相当量		10.3		13.1		4.8		9.7		9.8		9.4

★汁物の具材は変更になる場合がございます。

* 食堂をご利用いただきましてありがとうございます。 食材の仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございますのでご了承下さい

SHIDAX