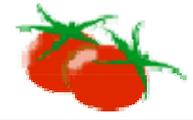




# 週間献立予定表



日にち	11月30日		12月1日		12月2日		12月3日		12月4日		12月5日		12月6日	
曜日	月		火		水		木		金		土		日	
朝食 	調理パン・ごはん ベーコン入りスロー 牛乳 ふりかけ		調理パン・ごはん ツナ入りサラダ 牛乳 味付けのり		調理パン・ごはん コーン入りサラダ 野菜ジュース ふりかけ		調理パン・ごはん ゆで卵 牛乳 味付けのり		調理パン・ごはん 蒸し鶏入りサラダ 牛乳 納豆		調理パン チーズ入りサラダ 牛乳		調理パン ハム入りサラダ 牛乳	
	ソースササミチーズカツ丼 たまごサラダ もやしと青梗菜の和え物 汁物 乳酸飲料		牛丼 豆腐チャンプルー ほうれん草のお浸し 汁物 乳酸飲料		白味噌ラーメン さつまいもの金平 小松菜のナムル 混ぜご飯 乳酸飲料		五目麻婆丼 しゅまい もやしとザーサイの和え物 汁物 乳酸飲料		ビーフカレー ナゲット キャベツと海草のごま和え 福神漬け 牛乳		焼きうどん 粉吹芋 汁物 混ぜご飯 乳酸飲料		豚肉の生姜焼き丼 金平ごぼう 小松菜のお浸し 汁物 乳酸飲料	
夕食 	ご飯 ハンバーグ黒胡椒ソース ウェッジポテト カリフラワーといんげんの梅おかかあえ スロー 汁物		ご飯 アジフライ 大根のそぼろあん なすの青じそあえ スロー 汁物		ご飯 チキンソテー葱だれ ビーフン炒め ブロッコリーと竹輪の味噌マヨ和え スロー 汁物		ご飯 生姜醤油の和風チキン竜田揚げ かぼちゃの煮物 ひじきと豆のサラダ スロー 汁物		ご飯 豚焼肉 スパゲティサラダ ほうれん草とえのきの和え物 スロー 汁物		ご飯 鶏肉のピリ辛トマト煮 コロケ ブロッコリーのマリネ スロー 汁物		ご飯 八宝菜 串カツ なすのおかか和え スロー 汁物	
	エネルギー	2,824	kcal	2,831	kcal	2,749	kcal	2,731	kcal	2,833	kcal	2,791	kcal	2,812
たんぱく質	89.1	g	90.1	g	79.5	g	83.2	g	87.9	g	85.1	g	88.9	g
脂質	87.2	g	83.9	g	85.4	g	87.1	g	89.1	g	87.1	g	88.2	g
塩分	10.2	g	10.0	g	13.2	g	11.0	g	10.4	g	9.9	g	10.6	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。

