



# 週間献立表 <<常食>>

	8	9	10	11	12	13	14
朝食	<<共通料理>> 豆のサラダ 牛乳 ～和食～ かに雑炊 フルーツ缶 ～洋食～ 食パン コンソメスープ	<<共通料理>> キャベツの和風サラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン ポパイスープ	<<共通料理>> スランブルエッグ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン ポターージュスープ	<<共通料理>> たまごサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン 白菜スープ	<<共通料理>> マカロニサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ ロールパン コーンスープ	<<共通料理>> ジャーマンポテト 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン 野菜スープ	<<共通料理>> 野菜炒め 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン オニオンスープ
昼食	ご飯 味噌汁 豚肉の胡麻風味炒め 湯豆腐 大根なます	<b>北海道ご当地メニュー</b> ご飯 お吸い物 石狩鍋風 ブロッコリーシーザーサラダ フルーツ缶	<b>♪麺の日♪</b> きつねそば 筑前煮 パインアップル	<b>建国記念の日</b> ご飯 お吸い物 さわらの磯辺焼き 茄子の味噌炒め 木の草の胡麻和え	他人井（麦飯） 赤だし 大根とハムの酢の物 ベリーゼリー	雑穀ご飯 味噌汁 カレイの煮つけ もやし炒め しろ菜の和え物	<b>バレンタインデー</b> ご飯 ブラウンシチュー ブロッコリーソテー 盛り合せサラダ チョコレートプリン
夕食	ご飯 コンソメスープ ツナオムレツ もやしサラダ フルーツ缶	ご飯 中華スープ ホイコーロー えびしゅうまい 白菜の柚子風味和え	ご飯 味噌汁 白身魚の山椒焼き ごぼうの含め煮 金時豆煮	ご飯 味噌汁 親子煮 キャベツの酢の物 フルーツ缶	ご飯 味噌汁 ホキの柚子焼き ミックス豆のサラダ しば漬け	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ 南瓜サラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 赤魚の水炊き風 もやしの胡麻和え たくあん
栄養価	1619 kcal/塩分 6.5 g	1572 kcal/塩分 7.1 g	1571 kcal/塩分 6.7 g	1610 kcal/塩分 7.1 g	1602 kcal/塩分 7.9 g	1600 kcal/塩分 7.9 g	1641 kcal/塩分 7.9 g

食材の入荷状況によりやむを得ず献立変更となる場合があります。