



# 週間献立表 <<常食>>

	17	18	19	20	21	22	23
朝食	<<共通料理>> さつま芋の甘露煮 牛乳 ~和食~ うめ雑炊 フルーツ缶 ~洋食~ 食パン たまごスープ	<<共通料理>> 春雨しそ風味サラダ 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 ふりかけ ~洋食~ ロールパン 人参スープ	<<共通料理>> スランブルエッグ 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 鯛みそ ~洋食~ 食パン 野菜スープ	<<共通料理>> ほうれん草ソテー 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 ふりかけ ~洋食~ 食パン 野菜スープ	<<共通料理>> ごぼうサラダ 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ~洋食~ ロールパン コンソメスープ	<<共通料理>> 人参とツナのサラダ 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 ふりかけ ~洋食~ 食パン コーンスープ	<<共通料理>> オムレツ 牛乳 ~和食~ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ~洋食~ ロールパン パンプキンスープ
昼食	ご飯 味噌汁 鶏肉のカレー炒め 冬瓜くず煮 ブロccoli-サラダ	雑穀ご飯 味噌汁 和風マーボ-豆腐 じゃが芋の煮物 バナナムース	ご飯 コンソメスープ 白身フライ シーザーサラダ レモンゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麴焼き 茄子の含め煮 大根サラダ	お寿司の日 穴子の散らし寿司 お吸い物 筑前煮 マンゴー	白玉照り焼き弁当 赤だし 冬瓜の水晶煮 みかんヨーグルト	ご飯 味噌汁 鶏肉の香草焼き 南瓜の煮物 枵らしらす和え
夕食	ご飯 コンソメスープ 白身魚の外焼 ポパイソテー カリフラワーのサラダ	ご飯 味噌汁 メバルのみぞれ煮 枵とコーンのサラダ フルーツ缶	ご飯 お吸い物 若鶏の味噌煮 小松菜オニオン炒め たまご豆腐	ご飯 中華スープ かに玉 ミックス豆のサラダ フルーツ缶	ご飯 味噌汁 豚じゃがバター炒め 絹豆腐の和風あん ほうれん草サラダ	ご飯 もやしスープ 八宝菜 ナムル 白花豆煮	ご飯 味噌汁 ホキの梅焼き アスパラサラダ たくあん
栄養価	1542 kcal/塩分 5.9 g	1586 kcal/塩分 7.4 g	1720 kcal/塩分 7.3 g	1656 kcal/塩分 7.8 g	1700 kcal/塩分 7.4 g	1590 kcal/塩分 7.6 g	1578 kcal/塩分 7.8 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。