



週間献立表 <<常食>>

	23	24	25	26	27	28	29
朝食	《共通料理》 じゃが芋そぼろ金平 牛乳 ～和食～ かに雑炊 フルーツ缶 ～洋食～ 食パン 野菜スープ	《共通料理》 卵の花 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン 白菜スープ	《共通料理》 キャベツのツ和え 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ 食パン コンソメスープ	《共通料理》 マカロニサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン ポパイスープ	《共通料理》 おからサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ ロールパン 野菜スープ	《共通料理》 オムレツ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ 食パン 大根スープ	《共通料理》 キャベツのごまサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン 白菜スープ
昼食	ご飯 お吸い物 豚しゃぶ 根菜の甘辛煮 ブロッコリーチーズサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩麴焼き 冬瓜そぼろ餡かけ バナナムース	ご飯 味噌汁 さわらの煮つけ 茄子の焼き浸し かフラワーの胡麻サラダ	かき揚げ卵とじ丼（麦飯） 赤だし もやしの酢の物 バナナ	雑穀ご飯 味噌汁 肉じゃがコロッケ 五目大豆煮 パイナップル	🍱お寿司の日🍱 穴子散らし寿司 お吸い物 南瓜の含め煮 オレンジムース	ご飯 味噌汁 アジの照り焼き 春雨の中華サラダ カネオレゼリー
夕食	ご飯 中華スープ 海鮮八宝菜 しゅうまい ナムル	ご飯 味噌汁 ひじき入り卵焼き オクラもずく 金時煮豆	ご飯 味噌汁 豚肉の甘辛炒め 高野豆腐の含め煮 青かっぱ	ご飯 お吸い物 杉のもろみ焼き 春雨マヨぽんサラダ たまご豆腐	ご飯 味噌汁 鶏肉の幽庵焼き 野菜の卵とじ くら冷ややっこ	ご飯 味噌汁 たらのみぞれ煮 青菜ごまマヨ和え 金時煮豆	ご飯 味噌汁 親子煮 もやしの酢の物 みかん缶
栄養価	1596 kcal/塩分 6.5 g	1640 kcal/塩分 7.1 g	1638 kcal/塩分 7.7 g	1603 kcal/塩分 7.3 g	1681 kcal/塩分 7.2 g	1569 kcal/塩分 7.2 g	1582 kcal/塩分 7.3 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。