



メニュー表



	7月14日(日曜日)	7月15日(月曜日)	7月16日(火曜日)	7月17日(水曜日)	7月18日(木曜日)	7月19日(金曜日)	7月20日(土曜日)
朝食	うずまきクリームパン 野菜オムレツ ポテトサラダ ジュース	ロールパン マカロニのトマト仕立て 高野豆腐の玉子とじ 牛乳	カスタードロール ベーコンポテト ほうれん草のソテー 牛乳	ジャムパン キャベツのソテー ブロッコリーの煮浸し スープ	くるみロール ミートボール さつまいもサラダ 牛乳	ショコラロール ベーコンエッグ ほうれん草の煮浸し 牛乳	ロールパン オムレツ 春雨の中華風 牛乳
	I補 [*] - 363kcal 炭水化物 55.9g 蛋白質 9.1g 脂質 11.9g 食塩当量 1.1g	I補 [*] - 399kcal 炭水化物 49.7g 蛋白質 15.6g 脂質 15.1g 食塩当量 1.6g	I補 [*] - 458kcal 炭水化物 47.0g 蛋白質 14.6g 脂質 23.4g 食塩当量 1.3g	I補 [*] - 258kcal 炭水化物 38.2g 蛋白質 6.7g 脂質 8.4g 食塩当量 2.7g	I補 [*] - 461kcal 炭水化物 52.0g 蛋白質 16.1g 脂質 20.4g 食塩当量 1.3g	I補 [*] - 405kcal 炭水化物 43.0g 蛋白質 14.9g 脂質 19.3g 食塩当量 1.4g	I補 [*] - 423kcal 炭水化物 50.7g 蛋白質 15.2g 脂質 17.4g 食塩当量 2.4g
昼食	ご飯 鶏肉の野菜巻き 五目煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 ホイコーロー ブロッコリーのピ-ナツ和え スープ フルーツ	ご飯 赤魚の煮つけ 添え煮 がんも煮 青菜の胡麻和え 味噌汁	チャーハン 春巻 もやしの和え物 スープ	<福井県ご当地メニュー> ソースカツ丼 カリフラワーのサラダ 味噌汁 漬物	おにぎり ちゃんぽん ギョーザ フルーツ	彩り散らし寿司 高野の煮物 吸物 デザート
	I補 [*] - 476kcal 炭水化物 85.4g 蛋白質 14.6g 脂質 8.7g 食塩当量 3.3g	I補 [*] - 568kcal 炭水化物 81.2g 蛋白質 14.8g 脂質 22.2g 食塩当量 2.8g	I補 [*] - 439kcal 炭水化物 75.5g 蛋白質 21.1g 脂質 6.6g 食塩当量 3.3g	I補 [*] - 564kcal 炭水化物 88.7g 蛋白質 13.0g 脂質 17.8g 食塩当量 3.3g	I補 [*] - 579kcal 炭水化物 90.8g 蛋白質 15.2g 脂質 17.4g 食塩当量 4.0g	I補 [*] - 576kcal 炭水化物 92.4g 蛋白質 16.3g 脂質 17.0g 食塩当量 3.7g	I補 [*] - 485kcal 炭水化物 93.4g 蛋白質 14.9g 脂質 5.9g 食塩当量 4.1g
夕食	ご飯 サバの味噌煮 添え野菜 ひじきの煮物 大根のゆかり和え 吸物	ご飯 和風ハンバーグ/柚子あん 南瓜の甘煮 スパサラダ 味噌汁	ご飯 根菜と鶏つくねの煮物 湯豆腐 白菜のサラダ 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜炒め かぶの煮物 オクラの和え物 味噌汁	ご飯 ほっけの塩焼き 添え野菜 切干大根の煮物 三度豆の和え物 味噌汁	ご飯 鶏肉のさっぱりボン酢炒め さつまいもの煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁	ご飯 ブリの山椒焼き 添え野菜 大根の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁
	I補 [*] - 496kcal 炭水化物 76.9g 蛋白質 19.6g 脂質 14.2g 食塩当量 2.8g	I補 [*] - 563kcal 炭水化物 94.1g 蛋白質 15.3g 脂質 14.7g 食塩当量 3.5g	I補 [*] - 518kcal 炭水化物 85.0g 蛋白質 15.1g 脂質 13.7g 食塩当量 3.9g	I補 [*] - 565kcal 炭水化物 79.6g 蛋白質 15.5g 脂質 22.1g 食塩当量 2.9g	I補 [*] - 428kcal 炭水化物 74.5g 蛋白質 18.5g 脂質 6.9g 食塩当量 2.6g	I補 [*] - 539kcal 炭水化物 90.3g 蛋白質 18.8g 脂質 12.9g 食塩当量 3.1g	I補 [*] - 535kcal 炭水化物 72.9g 蛋白質 20.5g 脂質 20.4g 食塩当量 3.3g

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。