



# メニュー表



	11月10日(日曜日)	11月11日(月曜日)	11月12日(火曜日)	11月13日(水曜日)	11月14日(木曜日)	11月15日(金曜日)	11月16日(土曜日)
朝食	あんぱん オムレツ 野菜のクリーム煮 ジュース	うずまきクリームパン ハンバーグ さつまいもサラダ 牛乳	ロールパン 野菜オムレツ かぼちゃサラダ 牛乳 	カスタードロール マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー スープ	ジャムパン ベーコンポテト ブロッコリーの煮浸し 牛乳	くるみロール ベーコンエッグ ほうれん草の煮浸し 牛乳 	ショコラロール キャベツのソテー さつまいもサラダ 牛乳 
	I補給 - 426kcal 炭水化物 80.1g 蛋白質 12.1g 脂質 6.4g 食塩当量 1.3g	I補給 - 426kcal 炭水化物 47.1g 蛋白質 14.0g 脂質 19.9g 食塩当量 1.2g	I補給 - 404kcal 炭水化物 48.9g 蛋白質 14.5g 脂質 16.4g 食塩当量 1.7g	I補給 - 327kcal 炭水化物 38.8g 蛋白質 8.8g 脂質 15.1g 食塩当量 2.3g	I補給 - 386kcal 炭水化物 51.2g 蛋白質 12.1g 脂質 14.4g 食塩当量 1.6g	I補給 - 380kcal 炭水化物 41.7g 蛋白質 14.1g 脂質 16.9g 食塩当量 1.8g	I補給 - 447kcal 炭水化物 48.4g 蛋白質 13.5g 脂質 22.1g 食塩当量 1.1g
昼食	紫蘇の実散らし寿司 ほうれん草の辛子和え 赤だし デザート 	ご飯 チンジャオロース 竹輪の甘辛煮 大根サラダ スープ 	おにぎり にゅうめん オクラの和え物 一口和菓子 	＜ごちそうメニュー＞ ご飯 大海老フライ ポテトサラダ スープ デザート  ＜通常メニュー＞ ご飯	チャーハン 肉団子 海藻サラダ スープ 	ご飯 ハムカツ／かにクリームライ 添え野菜 カリフラワーの和え物 味噌汁 フルーツ 	マーボー丼 エビ風味シューマイ 白菜の和え物 スープ 
	I補給 - 418kcal 炭水化物 84.5g 蛋白質 10.4g 脂質 4.4g 食塩当量 4.0g	I補給 - 591kcal 炭水化物 72.3g 蛋白質 15.7g 脂質 26.9g 食塩当量 3.9g	I補給 - 374kcal 炭水化物 80.0g 蛋白質 10.7g 脂質 2.3g 食塩当量 4.7g	I補給 - 478kcal 炭水化物 82.3g 蛋白質 17.4g 脂質 8.9g 食塩当量 4.2g	I補給 - 591kcal 炭水化物 94.8g 蛋白質 14.2g 脂質 17.8g 食塩当量 3.5g	I補給 - 508kcal 炭水化物 74.4g 蛋白質 18.4g 脂質 15.6g 食塩当量 4.2g	
夕食	ご飯 牛肉の甘辛炒め 冬瓜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁	ご飯 豆腐ステーキのそぼろあんかけ 糸こんにゃくの炒め物 胡瓜とワカメの酢味噌和え 吸物	ご飯 白身魚の南蛮漬け がんも煮 チンゲン菜の香味和え 味噌汁 	ご飯 煮込みハンバーグ 添え野菜 切干大根の煮物 白菜の昆布和え 味噌汁 	ご飯 サラワの梅煮 添え野菜 三度豆の炒め煮 もやしの胡麻和え 味噌汁	ご飯 豚肉と大根の旨煮 南瓜の煮物 青菜の和え物 吸物	ご飯 鶏肉の柚子胡椒焼き 添え野菜 茄子の煮物 春雨サラダ 味噌汁 
	I補給 - 547kcal 炭水化物 73.1g 蛋白質 15.3g 脂質 23.5g 食塩当量 3.2g	I補給 - 494kcal 炭水化物 75.8g 蛋白質 19.3g 脂質 14.2g 食塩当量 2.4g	I補給 - 485kcal 炭水化物 78.9g 蛋白質 19.9g 脂質 10.5g 食塩当量 3.0g	I補給 - 468kcal 炭水化物 76.6g 蛋白質 14.5g 脂質 15.1g 食塩当量 4.1g	I補給 - 430kcal 炭水化物 69.0g 蛋白質 20.4g 脂質 8.7g 食塩当量 3.5g	I補給 - 528kcal 炭水化物 80.2g 蛋白質 14.4g 脂質 18.3g 食塩当量 2.5g	I補給 - 548kcal 炭水化物 74.9g 蛋白質 20.1g 脂質 18.7g 食塩当量 3.1g

※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。