



メニュー表



	10月27日(日曜日)	10月28日(月曜日)	10月29日(火曜日)	10月30日(水曜日)	10月31日(木曜日)		
朝食	ショコラロール マカロニのトマト仕立て ポテトサラダ ジュース 	ロールパン ベーコンエッグ ブロッコリーの煮浸し 牛乳	レーズンパン 高野豆腐の玉子とし かぼちゃサラダ 牛乳 	黒糖ロールパン ミートボール 春雨の中華風 スープ	りんごパン 野菜のトマト煮 ほうれん草のソテー 牛乳 		
	I補給 - 387kcal 炭水化物 63.1g 蛋白質 8.6g 脂質 11.8g 食塩当量 0.9g	I補給 - 383kcal 炭水化物 45.0g 蛋白質 15.0g 脂質 15.7g 食塩当量 1.9g	I補給 - 408kcal 炭水化物 53.0g 蛋白質 13.6g 脂質 15.5g 食塩当量 1.4g	I補給 - 315kcal 炭水化物 47.0g 蛋白質 11.2g 脂質 9.1g 食塩当量 3.0g	I補給 - 444kcal 炭水化物 56.5g 蛋白質 14.9g 脂質 18.3g 食塩当量 1.7g		
昼食	ちらし寿司 高野の煮物 青菜のわさび和え 赤だし 	ご飯 カリムシロツグノキャベツのソテー 添え野菜 かぶの煮物 五目豆 吸物 	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 添え野菜 竹輪の甘辛煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁	かき揚げ丼 キャベツの柚子香和え 吸物 フルーツ	<ハロウィン> バターライス パンプキンシチュー ブロッコリーのサラダ デザート 		
	I補給 - 425kcal 炭水化物 85.1g 蛋白質 12.2g 脂質 4.4g 食塩当量 4.4g	I補給 - 605kcal 炭水化物 88.3g 蛋白質 12.5g 脂質 23.2g 食塩当量 3.2g	I補給 - 443kcal 炭水化物 64.9g 蛋白質 20.3g 脂質 12.3g 食塩当量 3.2g	I補給 - 490kcal 炭水化物 89.6g 蛋白質 7.9g 脂質 11.6g 食塩当量 2.3g	I補給 - 576kcal 炭水化物 96.1g 蛋白質 13.3g 脂質 17.4g 食塩当量 3.3g		
夕食	ご飯 鶏肉の味噌焼き 添え野菜 大根の煮物 二色和え 吸物 	ご飯 肉団子の中華煮 れんこんの煮物 三度豆の塩昆布和え スープ 	ご飯 豚肉の甘辛炒め 切干大根の煮物 オクラの和え物 味噌汁	ご飯 玉子焼きの和風あんかけ 茄子の煮物 カリフラワーのサラダ 味噌汁 	ご飯 海老団子とかぶの煮物 ビーフンソテー 白菜の和え物 味噌汁 		
	I補給 - 497kcal 炭水化物 65.7g 蛋白質 21.4g 脂質 17.6g 食塩当量 3.1g	I補給 - 416kcal 炭水化物 76.8g 蛋白質 12.5g 脂質 7.2g 食塩当量 4.1g	I補給 - 562kcal 炭水化物 80.3g 蛋白質 16.0g 脂質 21.0g 食塩当量 3.7g	I補給 - 507kcal 炭水化物 73.5g 蛋白質 16.5g 脂質 17.0g 食塩当量 3.7g	I補給 - 418kcal 炭水化物 77.7g 蛋白質 10.0g 脂質 7.9g 食塩当量 3.5g		

※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。