



れもんちゃん 週間献立表 れもんちゃん



ひつけ 日付	11月1日 (日)	11月2日 (月)	11月3日 (火)	11月4日 (水)	11月5日 (木)	11月6日 (金)	11月7日 (土)
あさ 朝	ベイハン 米飯 コウヤドクフ 高野豆腐の卵とし チンゲンサイ 青梗菜と サクラエビノアエモノ 桜えびの和え物 ミンシル 味噌汁 (もやし・にら) ツ つぼ漬け ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン チョコクリーム パンプキンサラダ くだもの (フルーツミックス) ギュウニユウ 牛乳	ホットケーキ はちみつ& マーガリン チリコンカン ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 キ 切り干し大根の煮物 ナットウ めかぶ納豆 ミンシル 味噌汁 (豆腐・わかめ) ウメボ 梅干し ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン いちごジャム ダイズ レンコン 大豆と蓮根の コンソメ煮 くだもの (バナナ) ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ゴモク キンピラ 五目金平 ソウ ゴマア ほうれん草の胡麻和え ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩) イッショク ツクダニ 一食のり佃煮 ギュウニユウ 牛乳	スイートローズ ウイナーソーテ コールスローサラダ ギュウニユウ 牛乳
ひる 昼	ロールパン メンタイコ 明太子クリーム pasta いんげんのツナ和え コーヒーゼリー	ベイハン 米飯 タンドリーチキン ツケ 付) ほうれん草と コーンのソーテ れんこんのゴマドレサラ キノコ トウニユウ 茸の豆乳スープ ふりかけ (たらこ)	ロコモコ丼 きゃべつと チクワ ア モノ 竹輪の和え物 カニカマと ミズナ 水菜のスープ くだもの (りんご) 	ベイハン 米飯 ローストポークカツ ツケ 付) スナップえんどうソテ ツケ 付) パプリカグリル ブロッコリーと チーズのサラダ ジュリアンスープ	ショコンブ 塩昆布とツナの 炊き込みご飯 ヤサイ 野菜たっぷり ミ 味噌うどん ミズナ 水菜とコーンのサラダ ピーチゼリー 	ベイハン 米飯 プルコギ ナス キウリ 茄子と胡瓜のナムル トマトスープ フルーツ杏仁	ベイハン 米飯 鱈のコーンマヨ焼き ツケ 付) きのこの ガーリックソーテ ヤ 焼きビーフン ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) ふりかけ (やさい)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 フタニク ショウガヤ 豚肉の生姜焼き トウガン 冬瓜の煮物 カリフラワーの スミア マ 酢味噌和え ス シル マ フ 清まし汁 (巻き麩)	ベイハン 米飯 シロミサカナ アマズ 白身魚の甘酢あんかけ シュンギク ア モノ 春菊とえのきの和え物 サワニワン 沢煮椀 タカナ ツ 高菜漬け	ベイハン ショウ 米飯 (小) カップラーメン たこ焼き もやしのザーサイ和え ふりかけ (かつお)	ベイハン 米飯 きのこたっぷり クリームシチュー ハクサイ ア 白菜のゆかり和え ジャーマンポテト ノザワナツ 野沢菜漬け 	ベイハン 米飯 トリニク ヤ 鶏肉のはちみつ焼き ツケ 付) さつま芋と エリンギのバターソーテ ヘルシーサラダ ミンシル ナス 味噌汁 (茄子) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 ワフウ 和風オムレツ ツケ 付) ブロッコリー コマツナ アブラア 小松菜と油揚げの カラシ ア 辛子和え ハルサメ 春雨スープ コンブ ごま昆布	ベイハン 米飯 カイセンニコ トウフ 海鮮煮込み豆腐 ひじきの煮物 ナ ハナ 菜の花のマスタード和え オウトウカン くだもの (黄桃缶)
せいぶん 成分	I補給 - 1896 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.4 g ししつ 脂質 55.1 g えんぶん 塩分 9.4 g	I補給 - 1820 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.0 g ししつ 脂質 56 g えんぶん 塩分 7.2 g	I補給 - 1759 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.4 g ししつ 脂質 49.3 g えんぶん 塩分 7.0 g	I補給 - 1883 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.4 g ししつ 脂質 53.1 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補給 - 1850 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.1 g ししつ 脂質 53.6 g えんぶん 塩分 8.9 g	I補給 - 1813 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.2 g ししつ 脂質 49.3 g えんぶん 塩分 7.8 g	I補給 - 1878 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.0 g ししつ 脂質 60.8 g えんぶん 塩分 7.3 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。