

れもんちゃん 週間献立表 れもんちゃん

ひづけ 日付	5月21日 (日)	5月22日 (月)	5月23日 (火)	5月24日 (水)	5月25日 (木)	5月26日 (金)	5月27日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン チョコクリーム マカロニサラダ くだもの (パイナップル) ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも ニンジン キンピラ 人参の金平 ミンシル ナス 味噌汁 (茄子) ゆずみそ ギュウニユウ 牛乳	ホットケーキ はちみつ&マーガリン ヤングコーンのソテー ヨーグルト ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 キ 切り昆布の煮物 ほうれん草のおかか和え ミンシル サイ 味噌汁 (チンゲン菜) ふりかけ (しそ) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン ヘルシーサラダ オクラのスープ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 チクワ ニモノ 竹輪とインゲンの煮物 ナ ハナ 菜の花のピーナッツ和え ミンシル シュンギク 味噌汁 (春菊) ふりかけ (かつお) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ミートボールと しめじのトマト煮 くだもの (バナナ) ギュウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 トリニク リキウヤ 鶏肉の利休焼き ツケ コマツナ 付) 小松菜の オイスター炒め メンマの炒め煮 もずくとみょうがの スノモノ 酢の物 マンチャ ミニ抹茶クレープケーキ	ナメシ じゃこ菜飯 サラ パリパリ皿うどん ソウ チュウカア ほうれん草の中華和え アンニン マンゴーフルー杏仁	ベイハン 米飯 サケ ショヤ 鮭の塩焼き ツケ アツヤキタマゴ 付) 厚焼玉子 かぼちゃの コロコロサラダ ミンシル 味噌汁 (もやし) ふりかけ (わかめ)		ベイハン 米飯 フウカラア タンドリーチキン風唐揚げ ツケ 付) スパゲッティ ツケ 付) ブロッコリー ウォルドーフサラダ コンソメスープ ふりかけ (野菜)	ドン ソースカツ丼 ナガイモ オクラと長芋の ウメア さっぱり梅和え アカダシ アツア 赤出汁 (厚揚げ) ぶどうゼリー	ベイハン 米飯 シロミザカナ 白身魚の味噌マヨ焼き ツケ タケノコニンジン キンピラ 付) 筍と人参の金平 イタ ビーフンのカレー炒め ス 清まし汁 (みょうが) シル ふりかけ (ビーフ)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 アカウオ キンシム 赤魚の錦糸蒸し ピーマンの コンブア しそ昆布和え ミンシル マ 清まし汁 (巻き麩) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 ア ダ トウフ 揚げ出し豆腐と テン とり天のきのこあん キリボンダイコン 切干大根のナムル ミンシル ナ ハナ 味噌汁 (菜の花) コンブ ごま昆布	ハン ゆかりご飯 アタニク 豚肉とニラの スタミナ炒め ハクサイ 白菜とハムの カオ 香り酢の物 ショク カップヌードル (小)		ベイハン 米飯 ダイコン さば大根 キャベツと ア モノ ザーサイの和え物 ミンシル カボチャ 味噌汁 (南瓜) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 タマフウ かに玉風あんかけ ツケ チンゲンサイ 付) 青梗菜と きくらげのソテー れんこんの ゴマドレサラダ ミンシル ダイコン 味噌汁 (大根) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 ギュウニク マイタケ 牛肉と舞茸のしぐれ煮 キュウリ ウメア 胡瓜とささみの梅和え ミンシル トウフ 味噌汁 (豆腐・わかめ) ツ カップ漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1702 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.5 g ししつ 脂質 47.0 g えんぶん 塩分 7.2 g	I補給 - 1873 kcal たんぱくしつ 蛋白質 84.7 g ししつ 脂質 63.0 g えんぶん 塩分 8.9 g	I補給 - 1630 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.4 g ししつ 脂質 59.9 g えんぶん 塩分 6.6 g	I補給 - 1012 kcal たんぱくしつ 蛋白質 41.1 g ししつ 脂質 31.1 g えんぶん 塩分 6.7 g	I補給 - 1793 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.9 g ししつ 脂質 64.3 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補給 - 1779 kcal たんぱくしつ 蛋白質 65.8 g ししつ 脂質 51.9 g えんぶん 塩分 10.2 g	I補給 - 1782 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.1 g ししつ 脂質 58.3 g えんぶん 塩分 8.7 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。