

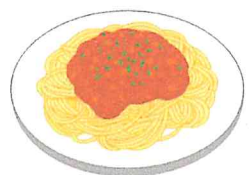





れもんちゃん しゅうかんこんだてひょう れもんちゃん  
週間献立表

ひづけ 日付	5月5日 (日)	5月6日 (月)	5月7日 (火)	5月8日 (水)	5月9日 (木)	5月10日 (金)	5月11日 (土)
あさ 朝	コッペパン イチゴジャム 玉子サラダ コーンスープ キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ナス ミモノ 茄子の煮物 ハルサメ 春雨サラダ ミンシル 味噌汁 (ちんげん菜) ウメ 梅びしお キュウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーガリン ス克蘭ブルエッグ カリフラワーと ウィナーの炒め物 キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも こんにゃくのピリ辛炒め ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) イッショク 一食たいみそ キュウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム おからサラダ くだもの (フルーツミックス) キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 キ切り昆布の煮物 ナットウ オクラ納豆 ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ) ふりかけ (おかか) キュウニユウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン マカロニサラダ くだもの (りんご) キュウニユウ 牛乳
ひる 昼	バターライス ハッシュドポーク ザクザクチキン ポテトサラダ 	ベイハン 米飯 サカナ ナンバンツ 魚の南蛮漬け メンタイコ 明太子としめじの フワウヤ 和風焼きビーフン ミンシル 味噌汁 (おくら) ふりかけ (のりごま)	ベイハン 米飯 トリニク 鶏肉のはちみつ焼き ツケ ニンジン キンピラ 付) 人参の金平 かぼちゃのそぼろ煮 ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (わかめ)	 ロールパン スパゲッティボロネーゼ ゴボウサラダ きのこのコンソメスープ フルーツゼリー 	そばめし フライドチキン わかめスープ アイスクリーム	オヤコドン 親子丼 レタスマリネ アカダシ トウフ 赤出汁 (豆腐) くだもの (パイン缶)	ベイハン 米飯 サケ ショウヤ 鮭の塩焼き ツケ しめじと じゃが芋のソテー きゃべつとツナの 甘酢和え ミンシル シュンギク 味噌汁 (春菊)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 シロミ サカナ 白身魚のカレーマヨ焼き ツケ 付) インゲンと ベーコンのソテー ソウゴマア ほうれん草の胡麻和え ミンシル ナス 味噌汁 (茄子) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 カイセンニコ トウフ 海鮮煮込み豆腐 マタゴ だし巻き卵 ナハ 菜の花と ア 揚げのお浸し ヒタ しそ昆布	ベイハン 米飯 サバ ニン 鯖の煮付け ツケ トウガン ミモノ 付) 冬瓜の煮物 もやしと貝割れの わさび醤油サラダ ミンシル 味噌汁 (きゃべつ) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 とり 天 ツケ コマツナ 付) 小松菜の オイスターソース炒め シュンギク 春菊のデリサラダ ワンタンスープ ふりかけ (たらこ)	わかめご飯 カップラーメン ヨーグルト	ベイハン 米飯 トリ 鶏ゴボウつくね ツケ タケノコキンピラ 付) 筍の金平 チンゲン菜の ザーサイ和え ネギスープ カッパ漬け	ベイハン 米飯 ホイコクロー 回鍋肉 ハクサイ サクラ 白菜と桜エビの和え物 ス 清まし汁 (まいたけ) ふりかけ (野菜) 
せいぶん 成分	I初片 - 1779 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.9 g ししつ 脂質 68.6 g えんぶん 塩分 8.2 g	I初片 - 1850 kcal たんぱくしつ 蛋白質 84.6 g ししつ 脂質 57.6 g えんぶん 塩分 9.8 g	I初片 - 1780 kcal たんぱくしつ 蛋白質 80.5 g ししつ 脂質 66.1 g えんぶん 塩分 9.2 g	I初片 - 1933 kcal たんぱくしつ 蛋白質 87.3 g ししつ 脂質 65.8 g えんぶん 塩分 8.1 g	I初片 - 1529 kcal たんぱくしつ 蛋白質 51.9 g ししつ 脂質 37.3 g えんぶん 塩分 7.1 g	I初片 - 1722 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.5 g ししつ 脂質 48.0 g えんぶん 塩分 9.9 g	I初片 - 1811 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.4 g ししつ 脂質 67.3 g えんぶん 塩分 6.8 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。