



れもんちゃん しゅうかんこんだてひょう 週間献立表 れもんちゃん



日付	5月12日 (日)	5月13日 (月)	5月14日 (火)	5月15日 (水)	5月16日 (木)	5月17日 (金)	5月18日 (土)
あさ朝	食パン イチゴジャム かぼちゃサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 ニラの卵とじ 小松菜の胡麻和え 味噌汁 (厚揚げ) のり佃煮 牛乳	あんパン 大豆と蓮根の コンソメ煮 牛乳	米飯 大根の旨煮 梅納豆 味噌汁 (なめこ) ゆずみそ 牛乳	食パン ピーナッツマーガリン 里芋のジャーマンポテト ヨーグルト 牛乳	米飯 ふきとあさりの煮物 切干大根と カニカマの酢の物 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (しそ) 牛乳	食パン りんごジャム 豆と豆乳のサラダ ジュリアンスープ 牛乳
ひる昼	米飯 鶏肉の味噌 ヨーグルト漬 付) インゲンの金平 じゃが芋のツナ煮 味噌汁 (大根)	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き 胡瓜と竹輪の ピリ辛和え 清まし汁 (菜の花) ふりかけ (野菜)	キムチチャーハン 塩ラーメン 揚げ餃子 	米飯 白身魚のパン粉焼き 付) ブロccoliと ウインナーのソテー ハンサンスー 味噌汁 (春菊) ふりかけ (さけ)	米飯 ヒレカツ 付) 干切りキャベツ 小松菜のおかか和え 味噌汁 (おつゆ麩)	ドライカレー 菜の花の 粒マスタード和え レタススープ 甘夏ゼリー	米飯 鯖の葱胡麻しょうゆ焼き 付) 人参の金平 たけのこのいため煮 味噌汁 (茄子) ふりかけ (のりごま)
ゆうタ	米飯 つくねハンバーグ (野菜あん) オクラのごま酢和え 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (たまご)	米飯 牛肉のスパイスソテー 付) パセリ スパイスソテー 白菜とハムの コールスローサラダ ガーリックスープ 青りんごゼリー	米飯 肉みそ豆腐 ピーマンのしそ昆布和え 味噌汁 (青梗菜) 野沢菜漬	米飯 鶏肉と茄子の麻婆炒め れんこんの ゴマどれサラダ カニカマと水菜のスープ ごま昆布	米飯 親子煮 かぶのそぼろ煮 いんげんとささみの 和え物 くだもの (パイン缶)	米飯 赤魚の煮付け 付) 高野豆腐の煮物 ポパイサラダ 味噌汁 (じゃが芋) 高菜漬	米飯 タンドリーチキン 付) アスパラガスソテー 春菊のおろし和え 味噌汁 (さつま芋) カップ漬
せいぶん成分	I補給 - 1776 kcal たんぱく質 77.4 g 脂質 51.5 g えんぶん 9.0 g	I補給 - 1790 kcal たんぱく質 71.7 g 脂質 60.4 g えんぶん 7.6 g	I補給 - 1810 kcal たんぱく質 69.8 g 脂質 51.1 g えんぶん 7.5 g	I補給 - 1808 kcal たんぱく質 77.7 g 脂質 58.6 g えんぶん 9.8 g	I補給 - 1844 kcal たんぱく質 77.0 g 脂質 59.1 g えんぶん 8.2 g	I補給 - 1849 kcal たんぱく質 82.7 g 脂質 52.1 g えんぶん 8.9 g	I補給 - 1784 kcal たんぱく質 76.8 g 脂質 60.2 g えんぶん 9.3 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。