



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

日付	5月19日 (日)	5月20日 (月)	5月21日 (火)	5月22日 (水)	5月23日 (木)	5月24日 (金)	5月25日 (土)
あさ朝	<p>ショクパン 食パン</p> <p>チョコクリーム</p> <p>ヘルシーサラダ</p> <p>くだもの (フルーツミックス)</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>キ切り昆布の煮物 ニモノ</p> <p>いんげんのおかか和え</p> <p>味噌汁 (じゃが芋) イモ</p> <p>梅びしお</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ショクパン 食パン</p> <p>マーマレードジャム</p> <p>カリフラワーと</p> <p>ベーコンのソテー</p> <p>パンプキンスープ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ししゃも</p> <p>糸コンの甘辛炒め イト アマカライダ</p> <p>味噌汁 (大根葉) ミソシル ダイコンバ</p> <p>梅干し</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ショクパン 食パン</p> <p>りんごジャム</p> <p>マカロニサラダ</p> <p>フルーチェ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>煮豆腐 ニトウフ</p> <p>キャベツと竹輪の和え物 チクワ ア モノ</p> <p>味噌汁 (茄子) ミソシル ナス</p> <p>一食のり佃煮 イッショク ツクダニ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ホットケーキ</p> <p>マーガリン</p> <p>ミートボールの</p> <p>トマト煮 ニ</p> <p>牛乳 ギョウニユウ</p>
ひる昼	<p>マーボー豆腐丼 トウフ ドン</p> <p>春菊とささみの和え物 シュンギク ア モノ</p> <p>きのこのスープ</p> <p>オレンジゼリー</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>白身魚の唐揚げ シロミサカナ カラア</p> <p>(ゴマソース)</p> <p>付) ピーマンの金平 ツケ キンピラ</p> <p>里芋の柚子胡椒炒め サトイモ ユズコショウイタ</p> <p>味噌汁 (おつゆ麩) ミソシル</p> <p>ふりかけ (わかめ)</p>	<p>ナメシ 菜飯</p> <p>真沢山ちゃんぽん グダクサン</p> <p>蒸しシュウマイ</p> <p>パンナコッタ</p> <p>(ストロベリー ソース)</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>チキンソテー</p> <p>(ハニーマスタード)</p> <p>付) アスパラガスの ツケ</p> <p>ソテー</p> <p>スナップエンドウと</p> <p>ツナのサラダ</p> <p>ミネストローネ</p> <p>ふりかけ (さけ)</p>	<p>豚キムチ丼 ブタ</p> <p>温泉玉子 オンセンタマゴ</p> <p>小松菜のイタリアン コマツナ</p> <p>サラダ</p> <p>かぶのスープ</p> <p>パインゼリー</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鯖の辛味焼き サバ カラミヤ</p> <p>付) ふきの金平 ツケ キンピラ</p> <p>大根とツナの旨煮 ダイコン ウマニ</p> <p>味噌汁 (もやし・にら) ミソシル</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>豚肉の香味炒め ブタニク コウミイタ</p> <p>白菜と春菊の ハクサイ シュンギク</p> <p>白子和え シラスア</p> <p>味噌汁 (厚揚げ) ミソシル アツア</p> <p>ふりかけ (野菜) ヤサイ</p>
ゆうタ	<p>ベイハン 米飯</p> <p>豚バラ大根 ブタ ダイコン</p> <p>もやしと揚げの和え物 ア ア モノ</p> <p>味噌汁 (わかめ)</p> <p>ふりかけ (たまご)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鶏肉の利休焼き トリニク リキウヤ</p> <p>付) 筍のバターソテー ツケ タケノコ</p> <p>オクラのオカカ和え</p> <p>味噌汁 (ほうれん草) ミソシル</p> <p>ごま昆布 ゴマ コンプ</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鯖の梅煮 サワラ ウメニ</p> <p>付) 茄子の煮物 ツケ ナシ</p> <p>菜の花と桜エビの和え物 ナ ハナ サクラ ア モノ</p> <p>味噌汁 (さつま芋) ミソシル</p> <p>野沢菜漬 ノザワナツ</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ほうれん草の ソウ</p> <p>チーズオムレツ</p> <p>付) ブロッコリー ツケ</p> <p>大根のナムル ダイコン</p> <p>ウィンナーと野菜のスープ ウィンナー ヤサイ</p> <p>しば漬 ツ</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ミックスフライ</p> <p>付) スパゲッティ ツケ</p> <p>長芋とじゃこの ナガイモ</p> <p>ポン酢和え ポン ア</p> <p>味噌汁 (チンゲン菜) ミソシル</p> <p>カップ漬 ツ</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鶏肉のバジルマヨ焼き トリニク ヤ</p> <p>付) さつま芋と ツケ イモ</p> <p>エリンギのバターソテー エリンギ</p> <p>胡瓜とわかめの キュウリ</p> <p>酢味噌和え スミンア</p> <p>もずくスープ</p> <p>ふりかけ (おかか)</p>	<p>高菜ライス タカナ</p> <p>ごぼうと角天の煮物 ゴボウ カクテン ニモノ</p> <p>味噌汁 (菜の花) ミソシル ナハ</p> <p>くだもの (黄桃缶) オウトウカン</p> 
せいぶん成分	<p>I補給 - 1857 kcal</p> <p>たんぱくしつ 71.8 g 蛋白質</p> <p>70.9 g 脂質</p> <p>6.5 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1720 kcal</p> <p>たんぱくしつ 73.5 g 蛋白質</p> <p>48.0 g 脂質</p> <p>10.2 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1862 kcal</p> <p>たんぱくしつ 85.9 g 蛋白質</p> <p>51.7 g 脂質</p> <p>11.0 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1738 kcal</p> <p>たんぱくしつ 68.4 g 蛋白質</p> <p>62.1 g 脂質</p> <p>9.1 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1893 kcal</p> <p>たんぱくしつ 75.7 g 蛋白質</p> <p>51.3 g 脂質</p> <p>9.0 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1774 kcal</p> <p>たんぱくしつ 76.3 g 蛋白質</p> <p>60.5 g 脂質</p> <p>8.3 g えんぶん 塩分</p>	<p>I補給 - 1683 kcal</p> <p>たんぱくしつ 68.8 g 蛋白質</p> <p>54.6 g 脂質</p> <p>7.3 g えんぶん 塩分</p>

◎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。