



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	9月8日 (日)	9月9日 (月)	9月10日 (火)	9月11日 (水)	9月12日 (木)	9月13日 (金)	9月14日 (土)
あさ朝	米飯 ふきと豚肉の煮物 ヤマイモ 山芋とろろ ミソ汁 (もやし) つぼ漬け ギュウニユウ 牛乳	ロールパン りんごジャム ニクダンゴ 肉団子のクリーム煮 くだもの (みかん缶) ギュウニユウ 牛乳	米飯 ニラの卵とじ マカロニサラダ ミソ汁 (大根) たいみそ ギュウニユウ 牛乳	ロールパン イチゴジャム ダイズ レンコン 大豆と蓮根のコンソメ煮 シュンギク 春菊とコーンのサラダ ギュウニユウ 牛乳	米飯 ヤサイ イタ 野菜炒め ナットウ おろし納豆 ミソ汁 (ほうれん草) べったら漬け ギュウニユウ 牛乳	米飯 ダイコンバ アブオタ 大根葉のごま油炒め ブロッコリーの イタリアンサラダ ミソ汁 (おつゆ麩) イッシュク 一食のり佃煮、 ギュウニユウ 牛乳	ピザトースト マメ 豆たっぷりサラダ ペイザンヌスープ ギュウニユウ 牛乳
ひる昼	米飯 サーモンのムニエル (タマネギ 玉葱ソース) ツケ 付) パプリカソテー レタスとハムのサラダ コーンポタージュ スープ	米飯 チーズタッカルビ風 チキンソテー ツケ 付) ほうれん草と コーンのソテー キウリ 胡瓜とカニカマの ショウガス ア 生姜酢和え ユッケスープ	米飯 ミートローフ ツケ 付) ブロッコリー ツケ ニンジン 付) 人参のグラッセ ツナとアスパラの フグミ バジル風味ポテトサラダ オニオンスープ	じゃこ菜飯 サラ 皿うどん ム 蒸しシュウマイ (エビ) フルーツあんみつ 	米飯 プルコギ ナ 菜の花の ツプ ア 粒マスタード和え もずくスープ くだもの (パイン)	米飯 サバ ミソニ 鯖の味噌煮 ツケ コウヤ トウフ ニモノ 付) 高野豆腐の煮物 ツケ ハナニンジ 付) 花人参・オクラ エスニックサラダ ス シル 清まし汁 (とろろ昆布)	米飯 タンドリーチキン ツケ 付) ジャーマンポテト ツケ 付) スナップエンドウ もやしと トウモロコシ 豆苗のナムル ミソ汁 (キャベツ) ふりかけ (さけ)
ゆう夕	米飯 ミックスフライ ツケ 付) グリーンサラダ カポナータ セロリースープ くだもの (オレンジ)	米飯 (小) オム焼きそば インゲンのからし和え わかめスープ ふりかけ (かつお) 	米飯 サカナ ム 魚のきのこ蒸し ツケ ム カボチャ 付) 蒸し南瓜 ナス ヤ ヒタ 茄子の焼き浸し シル けんちん汁 コンプ しそ昆布	米飯 プタニク 豚肉ときくらげの タマオタ 卵炒め ハクサイ ショコンブ 白菜と塩昆布の ゴマ ア 胡麻和え ミソ汁 アツア 味噌汁 (厚揚げ) ノザワナ ツ 野沢菜漬け	米飯 シロミザカナ ヤ 白身魚のコーンマヨ焼き ツケ 付) きのこガーリック ソテー きゃべつとかにかまの サラダ コンサイ ミソ汁 根菜の味噌汁 ふりかけ (野菜)	米飯 ポークチャップ ツケ 付) パセリスパゲッティ カインウ 海藻サラダ ミソ汁 (じゃが芋) くだもの (白桃缶)	炊き込みパエリア ウォルdorfサラダ コロコロ野菜スープ フルーツヨーグルト 
せいぶん成分	I補給 - 1870 kcal たんぱくしつ 蛋白質 64.1 g ししつ 脂質 50.6 g えんぶん 塩分 9.0 g	I補給 - 1820 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.8 g ししつ 脂質 55.4 g えんぶん 塩分 8.1 g	I補給 - 1803 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.2 g ししつ 脂質 48.3 g えんぶん 塩分 7.4 g	I補給 - 1874 kcal たんぱくしつ 蛋白質 78.2 g ししつ 脂質 58.9 g えんぶん 塩分 9.3 g	I補給 - 1847 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.6 g ししつ 脂質 57.7 g えんぶん 塩分 7.1 g	I補給 - 1727 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.4 g ししつ 脂質 34.8 g えんぶん 塩分 9.9 g	I補給 - 1742 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.4 g ししつ 脂質 59.3 g えんぶん 塩分 8.5 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。