



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

ひつけ 日付	9月22日 (日)	9月23日 (月)	9月24日 (火)	9月25日 (水)	9月26日 (木)	9月27日 (金)	9月28日 (土)
あき 朝	<p>ショクパン 食パン</p> <p>りんごジャム</p> <p>たまごロール</p> <p>ズッキーニのソテー</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>コマツナ 小松菜のオイスター炒め</p> <p>セントキマメ アマニ 金時豆の甘煮</p> <p>ミンシル 味噌汁 (菜の花)</p> <p>ふりかけ (しそ)</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ショクパン 食パン</p> <p>イチゴジャム</p> <p>サトイモ 里芋のサラダ</p> <p>ミネストローネ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ひじきの煮物</p> <p>ハクサイ ショコップ 白菜と塩昆布の</p> <p>ゴマア 胡麻和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (豆腐・わかめ)</p> <p>ふりかけ (たらこ)</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>コッペパン</p> <p>ダイズ レンコン 大豆と蓮根の</p> <p>コンソメ煮</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>アツキ タマゴ 厚焼き玉子</p> <p>カリフラワーのソテー</p> <p>ミンシル 味噌汁 (里芋)</p> <p>たいみそ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>	<p>ショクパン 食パン</p> <p>チョコクリーム</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>ヘルシーサラダ</p> <p>ギョウニユウ 牛乳</p>
ひる 昼	<p>ベイハン 米飯</p> <p>フタニク ショウガイタ 豚肉の生姜炒め</p> <p>ツケ 付) もやしソテー</p> <p>チンゲンサイ サクラ 青梗菜と桜エビの和え物</p> <p>ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ)</p> <p>ふりかけ (のりごま)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>サケ 鮭のちゃんちゃん焼き</p> <p>オクラともずくの酢の物</p> <p>のっぺい汁</p> <p>くだもの (みかん缶)</p> 	<p>ヤクミ 薬味ごはん</p> <p>とり天うどん</p> <p>もやしと竹輪の和え物</p> <p>抹茶プリン</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>とんかつ</p> <p>ツケ センギ 付) 千切りキャベツ</p> <p>ピーマンのじゃこ和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (じゃがいも)</p> 	<p>セレクト給食</p> <p>カレーライス</p> <p>・チキンソテー</p> <p>・ハンバーグ</p> <p>ハムマリネ</p> <p>ヨーグルトババロア</p>  	<p>ベイハン 米飯</p> <p>サバ カラミキ 鯖の辛味焼き</p> <p>ツケ 付) いんげんの金平</p> <p>ふきの胡麻マヨサラダ</p> <p>ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩)</p> <p>ふりかけ (たまご)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>トリニク 鶏肉のパン粉焼き</p> <p>ツケ 付) アスパラガスと</p> <p>コーンのソテー</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ミンシル 味噌汁 (大根葉)</p>
ゆう 夕	<p>ベイハン ショウ 米飯 (小)</p> <p>焼きそば</p> <p>レンコン ミズナ 蓮根と水菜の</p> <p>メンタイ 明太マヨサラダ</p> <p>わかめと豆腐の</p> <p>スープ</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>トリニク 鶏肉のはちみつ焼き</p> <p>ツケ 付) ゴボウの金平</p> <p>ビーフンとミンチの</p> <p>ソテー</p> <p>いんげんの</p> <p>ツナマヨ和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (厚揚げ)</p> <p>ごま昆布</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ワフウ 和風オムレツ</p> <p>ツケ ナ 付) 菜の花とエリンギの</p> <p>ソテー</p> <p>いんげんの</p> <p>ツナマヨ和え</p> <p>ミンシル 味噌汁 (ほうれん草)</p> <p>ノゾクナツ 野沢菜漬け</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>シロミサカナ ユウアンヤ 白身魚の幽庵焼き</p> <p>ツケ ニンジン キンピラ 付) 人参の金平</p> <p>がんもと小松菜の煮物</p> <p>くだもの (りんご)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>フタニク 豚肉のすき焼き風煮</p> <p>切干大根の</p> <p>カンコクフウ 韓国風サラダ</p> <p>ミンシル 味噌汁 (もやし・にら)</p> <p>ふりかけ (ビーフ)</p>	<p>ガーリックライス</p> <p>ロールキャベツ</p> <p>(クリーム)</p> <p>ポパイサラダ</p> <p>ストロベリーゼリー</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>アカウオ ニツ 赤魚の煮付け</p> <p>ツケ カボチャ ニモノ 付) 南瓜の煮物</p> <p>キュウリ 胡瓜とささみの</p> <p>和え物</p> <p>ミンシル 味噌汁 (大根)</p> <p>タカナツ 高菜漬け</p>
せいぶん 成分	<p>I補給 - 1770 kcal</p> <p>たんぱく質 72.1 g</p> <p>脂質 59.9 g</p> <p>塩分 8.2 g</p>	<p>I補給 - 1768 kcal</p> <p>たんぱく質 71.3 g</p> <p>脂質 49.4 g</p> <p>塩分 8.0 g</p>	<p>I補給 - 1697 kcal</p> <p>たんぱく質 81.1 g</p> <p>脂質 53.2 g</p> <p>塩分 10.1 g</p>	<p>I補給 - 1755 kcal</p> <p>たんぱく質 70.2 g</p> <p>脂質 47.6 g</p> <p>塩分 9.9 g</p>	<p>I補給 - 1769 kcal</p> <p>たんぱく質 65.7 g</p> <p>脂質 58.9 g</p> <p>塩分 8.8 g</p>	<p>I補給 - 1898 kcal</p> <p>たんぱく質 74.0 g</p> <p>脂質 78.1 g</p> <p>塩分 8.8 g</p>	<p>I補給 - 1793 kcal</p> <p>たんぱく質 78.5 g</p> <p>脂質 56.3 g</p> <p>塩分 7.7 g</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。