



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	5月3日 (日)	5月4日 (月)	5月5日 (火)	5月6日 (水)	5月7日 (木)	5月8日 (金)	5月9日 (土)
あさ朝	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ひじきの煮物</p> <p>味噌汁 (かぼちゃ)</p> <p>ふりかけ (しそ)</p>	<p>コッペパン</p> <p>チリコンカン</p> <p>牛乳</p>	<p>ショウ 食パン</p> <p>りんごジャム</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>氷菜のスープ</p> <p>牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>切干大根の煮物</p> <p>味噌汁 (茄子)</p> <p>ふりかけ (たまご)</p>	<p>ショウ 食パン</p> <p>イチゴジャム</p> <p>スクランブルエッグ</p> <p>カリフラワーと</p> <p>ウインナーの炒め物</p> <p>牛乳</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>茄子のオイスター</p> <p>ソース炒め</p> <p>味噌汁 (大根)</p> <p>ふりかけ (さけ)</p>	<p>ショウ 食パン</p> <p>チョコクリーム</p> <p>豆と豆乳のサラダ</p> <p>パンプキンスープ</p> <p>牛乳</p>
ひる昼	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鶏肉の柚子こしょう</p> <p>味噌焼き</p> <p>付) いんげんの金平</p> <p>がんと小松菜の煮物</p> <p>清まし汁 (あおさ)</p> <p>野沢菜漬</p>	<p>ハヤシライス</p> <p>ヘルシーサラダ</p> <p>ココロ野菜の</p> <p>コンソメスープ</p> <p>マスカットゼリー</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>豚肉の生姜炒め</p> <p>オクラとえのきの和え物</p> <p>味噌汁 (さつま芋)</p> <p>ふりかけ (たらこ)</p>	<p>ゆかりご飯</p> <p>パリパリ血うどん</p> <p>青梗菜と</p> <p>白きくらげのナムル</p> <p>くだもの (洋梨)</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>白身魚のピリ辛照り焼き</p> <p>付) ふきの金平</p> <p>里芋のくず煮</p> <p>けんちん汁</p> <p>ふりかけ (野菜)</p>	<p>ローパン</p> <p>明太クリームパスタ</p> <p>彩りサラダ</p> <p>パイザンヌスープ</p> 	<p>ベイハン 米飯</p> <p>チキンチャトーラ</p> <p>付) ブロッコリー</p> <p>ほうれん草と</p> <p>コーンのサラダ</p> <p>オクラのスープ</p> <p>ふりかけ (ビーフ)</p>
ゆう夕	<p>ベイハン 米飯</p> <p>ロールキャベツ</p> <p>付) ブロッコリー</p> <p>付) ウインナー</p> <p>春菊とコーンの</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>ふりかけ (のりごま)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>カップラーメン</p> <p>人参しりしり</p> <p>しそ昆布</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>豆腐の肉みそあんかけ</p> <p>白菜とハムの酢の物</p> <p>清まし汁 (そうめん)</p> <p>くだもの (パイン缶)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鶏肉の利休焼き</p> <p>付) れんこんの金平</p> <p>春雨チャプチェ</p> <p>清まし汁 (とろろ昆布)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>豚肉の</p> <p>チンジャオロースー風</p> <p>もやしのピリ辛ナムル</p> <p>味噌汁 (菜の花)</p> <p>高菜漬</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>鯖の味噌煮</p> <p>付) 茄子の煮物</p> <p>おろし納豆</p> <p>清まし汁 (春菊)</p>	<p>ベイハン 米飯</p> <p>和風オムレツ</p> <p>付) 菜の花のソテー</p> <p>胡瓜とわかめの</p> <p>和え物</p> <p>味噌汁 (じゃが芋)</p> <p>梅干し</p>
せいぶん成分	<p>I補給 - 1627 kcal</p> <p>たんぱく質 60.7 g</p> <p>脂質 43.5 g</p> <p>塩分 8.3 g</p>	<p>I補給 - 1712 kcal</p> <p>たんぱく質 62.1 g</p> <p>脂質 39.5 g</p> <p>塩分 6.5 g</p>	<p>I補給 - 1855 kcal</p> <p>たんぱく質 72.6 g</p> <p>脂質 52.0 g</p> <p>塩分 7.9 g</p>	<p>I補給 - 1674 kcal</p> <p>たんぱく質 60.2 g</p> <p>脂質 46.6 g</p> <p>塩分 7.0 g</p>	<p>I補給 - 1695 kcal</p> <p>たんぱく質 75.1 g</p> <p>脂質 46.6 g</p> <p>塩分 7.8 g</p>	<p>I補給 - 1683 kcal</p> <p>たんぱく質 63.7 g</p> <p>脂質 44.2 g</p> <p>塩分 7.4 g</p>	<p>I補給 - 1760 kcal</p> <p>たんぱく質 72.5 g</p> <p>脂質 53.0 g</p> <p>塩分 8.9 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。