

2月

週間献立表

日付	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)	2月22日(日)
朝食	ごはん	ホットケーキ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	竹輪の磯辺揚げ	ミートボールのクリーム煮	ミニハンバーグ	じゃが芋と豚肉のあっさり煮	スクランブルエッグ&ベーコン	里芋の五目煮	イワシのみぞれ煮
	付)千切りキャベツ	ブロッコリーサラダ	付)インゲンのソテー	ゆで卵	スパゲティサラダ	揚げ出し豆腐	付)生姜和え
	ひじきとコーンの煮物		小松菜の胡麻和え	味噌汁(えのき・わかめ)	ほうれん草ソテー	付)レタス	炒り豆腐
	味噌汁(しめじ・わかめ)		味噌汁(キャベツ・油揚げ)	納豆	コンソメスープ(キャベツ、人参)	味噌汁(なす・油揚げ)	味噌汁(ほうれん草・えのき)
	漬物		漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
	●1人分 -607.9kcal ●たんぱく質15.2g	●1人分 -905.3kcal ●たんぱく質24.5g	●1人分 -617.5kcal ●たんぱく質18.8g	●1人分 -712.6kcal ●たんぱく質25.0g	●1人分 -627.2kcal ●たんぱく質15.3g	●1人分 -709.0kcal ●たんぱく質18.3g	●1人分 -606.6kcal ●たんぱく質23.0g
	●脂 質12.1g ●炭水化物110.6g	●脂 質22.5g ●炭水化物153.5g	●脂 質12.4g ●炭水化物108.1g	●脂 質23.3g ●炭水化物104.8g	●脂 質16.9g ●炭水化物104.7g	●脂 質16.7g ●炭水化物122.7g	●脂 質11.9g ●炭水化物101.9g
昼食	ごはん	豚焼肉丼	ハヤシライス	親子丼	菜飯	たれかつ丼	豚マヨ丼
	蒸し鶏の中華和え	ピリ辛こんにゃく	ハムチーズフライ	高野豆腐の煮物	たらこスパゲティ	ナスとベーコンの煮物	ウインナーフライ
	ごまだんご	海藻サラダ	付)レタス	白菜のゆかり和え	カニクリームコロッケ	胡瓜のツナマヨ和え	付)レタス
		味噌汁(白菜・油揚げ)	ハニーヨーグルト	味噌汁(大根・わかめ)	コンソメスープ(じゃが芋、コーン)	味噌汁(白菜・麩)	ツナコーンサラダ
	●1人分 -959.8kcal ●たんぱく質33.1g	●1人分 -922.4kcal ●たんぱく質27.9g	●1人分 -960.7kcal ●たんぱく質20.2g	●1人分 -844.7kcal ●たんぱく質40.3g	●1人分 -1010.1kcal ●たんぱく質24.7g	●1人分 -896.3kcal ●たんぱく質24.1g	●1人分 -1222.6kcal ●たんぱく質27.5g
	●脂 質16.1g ●炭水化物173.4g	●脂 質39.7g ●炭水化物116.0g	●脂 質39.9g ●炭水化物131.2g	●脂 質23.1g ●炭水化物121.5g	●脂 質23.8g ●炭水化物178.7g	●脂 質31.7g ●炭水化物129.5g	●脂 質67.4g ●炭水化物126.8g
	●食塩相当量8.9g	●食塩相当量5.4g	●食塩相当量4.0g	●食塩相当量6.8g	●食塩相当量18.1g	●食塩相当量6.4g	●食塩相当量6.4g
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	豆腐ハンバーグ和風あんかけ	さくくりジャンボメンチカツ	鶏の唐揚げ チリソース	豚肉と野菜の塩炒め	サバの竜田揚げ	鶏もものココナッツ風味焼	白身フライ
	付)グリーンリーフ	付)千切りキャベツ	付)千切りキャベツ	焼売	付)大葉	付)グリーンリーフ	野菜コロッケ
	付)トマト	付)マカロニソテー	れんこんの炒り煮	付)レタス	付)大根おろし	付)まかさら	付)千切りキャベツ
	付)シューストリングポテト	もやしと卵の炒め物	もやしとカニカマのマヨネーズ和え	胡瓜とキャベツの香味和え	じゃが芋サラダ	ブロッコリーソテー	付)赤スパ
	さつま揚げと大根の煮物	胡瓜と蒸し鶏のピリ辛サラダ	中華スープ(玉葱・豆腐)	味噌汁(油揚げ・豆腐)	味噌汁(わかめ・麩)	大根のマリネ(イタリアン)	白菜とエビの煮物
	すまし汁(わかめ・麩)	コンソメスープ(じゃが芋、コーン)			フルーツ杏仁豆腐	味噌汁(キャベツ・人参)	すまし汁(えのき・わかめ)
	●1人分 -788.5kcal ●たんぱく質22.4g	●1人分 -1010.5kcal ●たんぱく質30.0g	●1人分 -1116.8kcal ●たんぱく質38.5g	●1人分 -876.4kcal ●たんぱく質32.4g	●1人分 -1012.1kcal ●たんぱく質28.2g	●1人分 -1046.2kcal ●たんぱく質42.0g	●1人分 -859.8kcal ●たんぱく質22.6g
1日栄養量	たんぱく質70.6g	たんぱく質82.4g	たんぱく質77.5g	たんぱく質97.6g	たんぱく質68.2g	たんぱく質84.4g	たんぱく質73.1g
	脂 質45.0g	脂 質95.9g	脂 質101.9g	脂 質71.1g	脂 質84.3g	脂 質94.4g	脂 質100.5g
	炭水化物420.8g	炭水化物417.9g	炭水化物371.0g	炭水化物359.1g	炭水化物411.3g	炭水化物371.5g	炭水化物374.0g
	食塩相当量18.8g	食塩相当量17.3g	食塩相当量13.0g	食塩相当量15.9g	食塩相当量26.5g	食塩相当量15.6g	食塩相当量15.2g

※仕入の事情等により献立の内容が変わることがございます。あらかじめご了承ください。	●1人分 -2357.1kcal ●たんぱく質70.6g ●脂 質45.0g ●炭水化物420.8g ●食塩相当量18.8g	●1人分 -2838.1kcal ●たんぱく質82.4g ●脂 質95.9g ●炭水化物417.9g ●食塩相当量17.3g	●1人分 -2695.2kcal ●たんぱく質77.5g ●脂 質101.9g ●炭水化物371.0g ●食塩相当量13.0g	●1人分 -2433.7kcal ●たんぱく質97.6g ●脂 質71.1g ●炭水化物359.1g ●食塩相当量15.9g	●1人分 -2649.3kcal ●たんぱく質68.2g ●脂 質84.3g ●炭水化物411.3g ●食塩相当量26.5g	●1人分 -2651.5kcal ●たんぱく質84.4g ●脂 質94.4g ●炭水化物371.5g ●食塩相当量15.6g	●1人分 -2689.0kcal ●たんぱく質73.1g ●脂 質100.5g ●炭水化物374.0g ●食塩相当量15.2g
---	--	--	---	--	--	--	---



2月・3月

週間献立表

日付	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)	3月1日(日)
朝食	ごはん	食パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	チーズオムレツ	ミルクブレッド	豆腐ハンバーグ	豚肉野菜炒め	目玉焼き	サワラの照り焼き	ツナの卵とじ
	付)ブロッコリー	ポトフ	付)レタス	玉子豆腐	ごぼうと豚肉の炒り煮	付)大根おろし	ポイルウインナー
	キャベツとシーチキンのソテー	カリフラワーのマリネ	大根鶏そぼろ	味噌汁(なす・油揚げ)	マカロニサラダ	里芋のそぼろあん	付)レタス
	味噌汁(じゃがいも・玉葱)	ジャム	味噌汁(玉葱・油揚げ)	納豆	味噌汁(豆腐・人参)	味噌汁(白菜・わかめ)	味噌汁(キャベツ・油揚げ)
	漬物		漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
	●1人分 -640.9kcal ●たんぱく質21.6g	●1人分 -790.1kcal ●たんぱく質18.8g	●1人分 -591.5kcal ●たんぱく質14.3g	●1人分 -624.5kcal ●たんぱく質23.6g	●1人分 -665.8kcal ●たんぱく質23.9g	●1人分 -576.7kcal ●たんぱく質20.0g	●1人分 -717.6kcal ●たんぱく質26.5g
	●脂 質13.6g ●炭水化物110.4g	●脂 質22.2g ●炭水化物130.8g	●脂 質9.5g ●炭水化物112.6g	●脂 質13.9g ●炭水化物103.8g	●脂 質15.3g ●炭水化物108.7g	●脂 質5.5g ●炭水化物113.0g	●脂 質22.3g ●炭水化物102.2g
昼食	わかめごはん	回鍋肉丼	白身フライの卵とじ丼	デミカツ丼	ごはん	バターチキンカレー	豚生姜焼き丼
	きつねうどん	鮭とチーズのソフトカツ	パンパンジー風サラダ	もやしとささみのソテー	ゆず塩ラーメン	ポテっともち	キャベツのカレー炒め
	エビ天	付)レタス	味噌汁(白菜、豆腐)	インゲンのピーナッツ和え	焼売	野菜サラダ	小松菜とツナのほん酢和え
	小松菜のおかか和え	青梗菜の中華和え	オレンジ	コンソメスープ(キャベツ、コーン)	付)レタス		味噌汁(ごぼう・油揚げ)
	●1人分 -1002.1kcal ●たんぱく質23.8g	●1人分 -788.6kcal ●たんぱく質27.6g	●1人分 -787.1kcal ●たんぱく質30.7g	●1人分 -705.3kcal ●たんぱく質23.3g	●1人分 -970.1kcal ●たんぱく質28.2g	●1人分 -1052.9kcal ●たんぱく質28.0g	●1人分 -910.5kcal ●たんぱく質23.5g
	●脂 質16.3g ●炭水化物191.2g	●脂 質24.8g ●炭水化物116.7g	●脂 質16.4g ●炭水化物130.2g	●脂 質18.1g ●炭水化物115.0g	●脂 質22.5g ●炭水化物164.6g	●脂 質44.7g ●炭水化物136.3g	●脂 質40.3g ●炭水化物115.9g
	●食塩相当量10.3g	●食塩相当量4.0g	●食塩相当量6.0g	●食塩相当量3.9g	●食塩相当量8.1g	●食塩相当量6.8g	●食塩相当量6.3g
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	チキンカツ	白身魚のトマトチーズ焼き	鶏ももの照焼	麻婆豆腐	チキン南蛮	豚肉と白菜の旨煮	アジフライ
	肉じゃがコロッケ	付)グリーンリーフ	付)グリーンリーフ	春巻き	付)千切りキャベツ	焼餃子	イカリングフライ
	付)千切りキャベツ	ほうれん草ソテー	付)シューストリングポテト	付)レタス	ナスのピリ辛炒め	ほうれん草のナムル	付)グリーンリーフ
	付)トマト	パンパンキンサラダ	すき焼き風煮物	スープ(ニラのかき玉)	もやしと錦糸卵の和え物	中華スープ(人参・えのき)	付)赤スパ
	大根とベーコンの煮物	コンソメスープ(キャベツ、人参)	オニオンハムサラダ	クレープ(カスタード)	味噌汁(大根・わかめ)		春雨の炒め物
	味噌汁(玉葱・わかめ)		味噌汁(ごぼう・油揚げ)				コンソメスープ(玉葱、わかめ)
	●1人分 -976.6kcal ●たんぱく質30.4g	●1人分 -746.1kcal ●たんぱく質26.5g	●1人分 -1001.8kcal ●たんぱく質42.5g	●1人分 -966.3kcal ●たんぱく質33.6g	●1人分 -1268.7kcal ●たんぱく質39.2g	●1人分 -784.1kcal ●たんぱく質31.6g	●1人分 -1021.1kcal ●たんぱく質27.0g
1日栄養量	たんぱく質75.8g	たんぱく質72.9g	たんぱく質87.5g	たんぱく質80.6g	たんぱく質91.2g	たんぱく質79.5g	たんぱく質77.0g
	脂 質59.7g	脂 質67.9g	脂 質61.3g	脂 質66.0g	脂 質102.8g	脂 質73.1g	脂 質102.6g
	炭水化物448.2g	炭水化物361.4g	炭水化物373.3g	炭水化物352.3g	炭水化物406.5g	炭水化物367.3g	炭水化物355.2g
	食塩相当量20.2g	食塩相当量11.2g	食塩相当量16.4g	食塩相当量14.2g	食塩相当量17.5g	食塩相当量14.4g	食塩相当量14.4g

※仕入の事情等により献立の内容が変わることがございます。あらかじめご了承ください。	●1人分 -2619.6kcal ●たんぱく質75.8g ●脂 質59.7g ●炭水化物448.2g ●食塩相当量20.2g	●1人分 -2324.8kcal ●たんぱく質72.9g ●脂 質67.9g ●炭水化物361.4g ●食塩相当量11.2g	●1人分 -2380.3kcal ●たんぱく質87.5g ●脂 質61.3g ●炭水化物373.3g ●食塩相当量16.4g	●1人分 -2296.1kcal ●たんぱく質80.6g ●脂 質66.0g ●炭水化物352.3g ●食塩相当量14.2g	●1人分 -2904.6kcal ●たんぱく質91.2g ●脂 質102.8g ●炭水化物406.5g ●食塩相当量17.5g	●1人分 -2413.7kcal ●たんぱく質79.5g ●脂 質73.1g ●炭水化物367.3g ●食塩相当量14.4g	●1人分 -2649.2kcal ●たんぱく質77.0g ●脂 質102.6g ●炭水化物355.2g ●食塩相当量14.4g
---	--	--	--	--	---	--	---



2月

週間献立表

野球部

日付	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)	2月22日(日)
朝食	ごはん	ホットケーキ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	竹輪の磯辺揚げ	ミートボールのクリーム煮	ミニハンバーグ	じゃが芋と豚肉のあっさり煮	スクランブルエッグ&ベーコン	里芋の五目煮	イワシのみぞれ煮
	付)千切りキャベツ	ブロッコリーサラダ	付)インゲンのソテー	ゆで卵	スパゲティサラダ	揚げ出し豆腐	付)生姜和え
	ひじきとコーンの煮物		小松菜の胡麻和え	味噌汁(えのき・わかめ)	ほうれん草ソテー	付)レタス	炒り豆腐
	味噌汁(しめじ・わかめ)		味噌汁(キャベツ・油揚げ)	納豆	コンソメスープ(キャベツ、人参)	味噌汁(なす・油揚げ)	味噌汁(ほうれん草・えのき)
	漬物		漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
	●1人分 -685.6kcal ●たんぱく質16.6g	●1人分 -1060.7kcal ●たんぱく質27.3g	●1人分 -695.2kcal ●たんぱく質20.1g	●1人分 -790.3kcal ●たんぱく質26.4g	●1人分 -704.9kcal ●たんぱく質16.7g	●1人分 -786.7kcal ●たんぱく質19.7g	●1人分 -684.3kcal ●たんぱく質24.4g
	●脂 質12.3g ●炭水化物128.2g	●脂 質22.9g ●炭水化物188.8g	●脂 質12.6g ●炭水化物125.7g	●脂 質22.5g ●炭水化物122.5g	●脂 質17.1g ●炭水化物122.3g	●脂 質16.9g ●炭水化物140.3g	●脂 質12.1g ●炭水化物119.5g
昼食	ごはん						
	豚骨ラーメン	豚焼肉丼	ハヤシライス	親子丼	菜飯		豚マヨ丼
	蒸し鶏の中華和え	ピリ辛こんにゃく	ハムチーズフライ	高野豆腐の煮物	たらこスパゲティ		ウインナーフライ
	ごまだんご	海藻サラダ	付)レタス	白菜のゆかり和え	カニクリームコロッケ		付)レタス
		味噌汁(白菜・油揚げ)	ハニーヨーグルト	味噌汁(大根・わかめ)	コンソメスープ(じゃが芋、コーン)		ツナコーンサラダ
							味噌汁(大根・人参)
	●1人分 -1348.4kcal ●たんぱく質40.0g	●1人分 -1537.0kcal ●たんぱく質43.4g	●1人分 -1545.0kcal ●たんぱく質31.0g	●1人分 -1400.3kcal ●たんぱく質59.6g	●1人分 -1407.0kcal ●たんぱく質32.2g		●1人分 -1913.0kcal ●たんぱく質40.0g
	●脂 質17.2g ●炭水化物261.5g	●脂 質58.7g ●炭水化物212.0g	●脂 質56.0g ●炭水化物230.7g	●脂 質33.0g ●炭水化物219.8g	●脂 質24.9g ●炭水化物268.5g		●脂 質94.8g ●炭水化物225.4g
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	豆腐ハンバーグ和風あんかけ	さくくりジャンボメンチカツ	鶏の唐揚げ チリソース	豚肉と野菜の塩炒め	サバの竜田揚げ	鶏もものココナッツ風味焼	白身フライ
	付)グリーンリーフ	付)千切りキャベツ	付)千切りキャベツ	焼売	付)大葉	付)グリーンリーフ	野菜コロッケ
	付)トマト	付)マカロニソテー	れんこんの炒り煮	付)レタス	付)大根おろし	付)まかさら	付)千切りキャベツ
	付)シューストリングポテト	もやしと卵の炒め物	もやしとカニカマのマヨネーズ和え	胡瓜とキャベツの香味和え	じゃが芋サラダ	ブロッコリーソテー	付)赤スパ
	さつま揚げと大根の煮物	胡瓜と蒸し鶏のピリ辛サラダ	中華スープ(玉葱・豆腐)	味噌汁(油揚げ・豆腐)	味噌汁(わかめ・麩)	大根のマリネ(イタリアン)	白菜とエビの煮物
	すまし汁(わかめ・麩)	コンソメスープ(じゃが芋、コーン)			フルーツ杏仁豆腐	味噌汁(キャベツ・人参)	すまし汁(えのき・わかめ)
							ミルクスイーツ(ピーチ)
	ヒレカツ	牛乳	鶏肉追加	焼売追加	豚肉の生姜焼き	鶏肉追加	温泉卵
	●1人分 -1322.5kcal ●たんぱく質34.8g	●1人分 -1531.0kcal ●たんぱく質44.1g	●1人分 -1692.7kcal ●たんぱく質55.6g	●1人分 -1326.8kcal ●たんぱく質41.9g	●1人分 -1632.4kcal ●たんぱく質50.8g	●1人分 -1566.4kcal ●たんぱく質58.7g	●1人分 -1331.4kcal ●たんぱく質36.3g
	●脂 質25.1g ●炭水化物239.3g	●脂 質43.0g ●炭水化物247.0g	●脂 質64.9g ●炭水化物225.1g	●脂 質29.6g ●炭水化物227.1g	●脂 質60.3g ●炭水化物223.5g	●脂 質55.9g ●炭水化物211.3g	●脂 質27.9g ●炭水化物233.7g
	●食塩相当量6.6g	●食塩相当量8.0g	●食塩相当量5.7g	●食塩相当量6.3g	●食塩相当量6.0g	●食塩相当量5.8g	●食塩相当量5.8g

1日 栄養量	1人分 -3356.4kcal たんぱく質91.4g 脂 質54.5g 炭水化物629.0g 食塩相当量19.4g	1人分 -4128.7kcal たんぱく質114.7g 脂 質124.6g 炭水化物647.8g 食塩相当量18.5g	1人分 -3932.9kcal たんぱく質106.7g 脂 質133.5g 炭水化物581.6g 食塩相当量15.2g	1人分 -3517.4kcal たんぱく質127.9g 脂 質85.1g 炭水化物569.4g 食塩相当量18.0g	1人分 -3744.3kcal たんぱく質99.6g 脂 質102.3g 炭水化物614.3g 食塩相当量29.5g		1人分 -3928.8kcal たんぱく質100.7g 脂 質134.8g 炭水化物578.6g 食塩相当量17.1g
-----------	---	---	---	--	--	--	---

※仕入の事情等により献立の内容が変わることがございます。あらかじめご了承ください。



2月・3月

週間献立表

野球部

日付	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)	3月1日(日)
朝食	ごはん	食パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	チーズオムレツ	ミルクブレッド	豆腐ハンバーグ	豚肉野菜炒め	目玉焼き	サワラの照り焼き	ツナの卵とじ
	付)ブロッコリー	ポトフ	付)レタス	玉子豆腐	ごぼうと豚肉の炒り煮	付)大根おろし	ポイルウインナー
	キャベツとシーチキンのソテー	カリフラワーのマリネ	大根鶏そぼろ	味噌汁(なす・油揚げ)	マカロニサラダ	里芋のそぼろあん	付)レタス
	味噌汁(じゃがいも・玉葱)	ジャム	味噌汁(玉葱・油揚げ)	納豆	味噌汁(豆腐・人参)	味噌汁(白菜・わかめ)	味噌汁(キャベツ・油揚げ)
	漬物		漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
	●1人分 -718.6kcal ●たんぱく質22.9g	●1人分 -945.5kcal ●たんぱく質21.6g	●1人分 -669.2kcal ●たんぱく質15.7g	●1人分 -702.2kcal ●たんぱく質25.0g	●1人分 -743.5kcal ●たんぱく質25.3g	●1人分 -654.4kcal ●たんぱく質21.4g	●1人分 -795.3kcal ●たんぱく質27.9g
	●脂 質13.8g ●炭水化物128.1g	●脂 質22.6g ●炭水化物166.1g	●脂 質9.7g ●炭水化物130.3g	●脂 質14.1g ●炭水化物121.5g	●脂 質15.5g ●炭水化物126.4g	●脂 質5.7g ●炭水化物130.7g	●脂 質22.5g ●炭水化物119.8g
昼食							
		回鍋肉丼	白身フライの卵とじ丼	デミカツ丼	ごはん	バターチキンカレー	豚生姜焼き丼
		鮭とチーズのソフトカツ	ハンパンジー風サラダ	もやしとささみのソテー	焼売	ポテっともち	キャベツのカレー炒め
		付)レタス	味噌汁(白菜、豆腐)	インゲンのピーナッツ和え	付)レタス	野菜サラダ	小松菜とツナのぼん酢和え
		青梗菜の中華和え	オレンジ	コンソメスープ(キャベツ、コーン)	もやしの中華和え		味噌汁(ごぼう・油揚げ)
		中華スープ(白菜・えのき)					
		●1人分 -1295.2kcal ●たんぱく質41.7g	●1人分 -1285.8kcal ●たんぱく質42.9g	●1人分 -1145.8kcal ●たんぱく質30.6g	●1人分 -1358.7kcal ●たんぱく質35.1g	●1人分 -1698.0kcal ●たんぱく質44.7g	●1人分 -1499.7kcal ●たんぱく質35.0g
		●脂 質32.8g ●炭水化物212.3g	●脂 質23.3g ●炭水化物227.8g	●脂 質23.6g ●炭水化物205.8g	●脂 質23.5g ●炭水化物252.7g	●脂 質63.2g ●炭水化物240.1g	●脂 質58.4g ●炭水化物211.4g
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	チキンカツ	白身魚のトマトチーズ焼き	鶏ももの照焼	麻婆豆腐	チキン南蛮	豚肉と白菜の旨煮	アジフライ
	肉じゃがコロッケ	付)グリーンリーフ	付)グリーンリーフ	春巻き	付)千切りキャベツ	焼餃子	イカリングフライ
	付)千切りキャベツ	ほうれん草ソテー	付)シューストリングポテト	付)レタス	ナスのピリ辛炒め	ほうれん草のナムル	付)グリーンリーフ
	付)トマト	パンpinkサラダ	すき焼き風煮物	スープ(ニラのかき玉)	もやしと錦糸卵の和え物	中華スープ(人参・えのき)	付)赤スパ
	大根とベーコンの煮物	コンソメスープ(キャベツ、人参)	オニオンハムサラダ	クレープ(カスタード)	味噌汁(大根・わかめ)		春雨の炒め物
	味噌汁(玉葱・わかめ)		味噌汁(ごぼう・油揚げ)				コンソメスープ(玉葱、わかめ)
	ももゼリー	ヨーグルト	鶏肉追加	春巻き追加	鶏肉追加	焼餃子追加	鶏と野菜のオイスターソース炒め
	●1人分 -1404.8kcal ●たんぱく質37.4g	●1人分 -1192.3kcal ●たんぱく質36.0g	●1人分 -1521.6kcal ●たんぱく質59.2g	●1人分 -1514.4kcal ●たんぱく質43.7g	●1人分 -1919.7kcal ●たんぱく質56.5g	●1人分 -1222.5kcal ●たんぱく質40.5g	●1人分 -1609.7kcal ●たんぱく質44.9g
	●脂 質30.9g ●炭水化物244.9g	●脂 質22.5g ●炭水化物213.3g	●脂 質44.5g ●炭水化物224.0g	●脂 質45.2g ●炭水化物235.5g	●脂 質86.2g ●炭水化物231.4g	●脂 質26.3g ●炭水化物211.4g	●脂 質55.6g ●炭水化物232.4g
	●食塩相当量5.8g	●食塩相当量3.5g	●食塩相当量7.1g	●食塩相当量6.3g	●食塩相当量7.1g	●食塩相当量4.5g	●食塩相当量5.9g

1日 栄養量		1人分 -3433.0kcal たんぱく質99.3g 脂 質77.9g 炭水化物591.6g 食塩相当量12.6g	1人分 -3476.5kcal たんぱく質117.8g 脂 質77.5g 炭水化物582.0g 食塩相当量18.8g	1人分 -3362.4kcal たんぱく質99.3g 脂 質82.9g 炭水化物562.8g 食塩相当量15.2g	1人分 -4021.9kcal たんぱく質116.9g 脂 質125.2g 炭水化物610.5g 食塩相当量18.6g	1人分 -3574.8kcal たんぱく質106.5g 脂 質95.2g 炭水化物582.2g 食塩相当量17.4g	1人分 -3904.8kcal たんぱく質107.8g 脂 質136.5g 炭水化物563.6g 食塩相当量17.5g
-----------	--	---	--	---	---	--	---

※仕入の事情等により献立の内容が変わることがございます。あらかじめご了承ください。

