



メニュー表



	12月31日(日曜日)	1月 1日(月曜日)	1月 2日(火曜日)	1月 3日(水曜日)	1月 4日(木曜日)	1月 5日(金曜日)	1月 6日(土曜日)
朝食	くるみロール ミートボール じゃがいものそぼろ煮 ジュース 	ふっくら黒豆ミルク マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー 牛乳	マロンデニッシュ ハッシュドポテト 春雨の中華風 牛乳 	さつまいもパン オムレツ 野菜のクリーム煮 スープ	黒糖ロールパン スクランブルエッグ ジャーマンポテト 牛乳 	りんごパン 菜の花のソテー 高野豆腐の玉子とし 牛乳	うずまきクリームパン ベーコンエッグ じゃがいものそぼろ煮 牛乳 
	I補給 - 400kcal 炭水化物 61.2g 蛋白質 12.9g 脂質 11.2g 食塩当量 1.3g	I補給 - 463kcal 炭水化物 67.1g 蛋白質 15.9g 脂質 14.0g 食塩当量 1.7g	I補給 - 488kcal 炭水化物 58.3g 蛋白質 12.1g 脂質 22.4g 食塩当量 2.2g	I補給 - 409kcal 炭水化物 45.8g 蛋白質 9.0g 脂質 20.1g 食塩当量 3.0g	I補給 - 443kcal 炭水化物 50.8g 蛋白質 15.4g 脂質 19.7g 食塩当量 1.7g	I補給 - 425kcal 炭水化物 58.7g 蛋白質 16.7g 脂質 14.8g 食塩当量 2.0g	I補給 - 420kcal 炭水化物 45.9g 蛋白質 15.8g 脂質 19.2g 食塩当量 1.3g
昼食	二色丼 さつまいもの煮物 マカロニサラダ 五目豆 味噌汁	赤飯 ぶりの照り焼き 黒豆/たたきごぼう お煮しめ お浸し/栗きんとん 吸物	彩り散らし寿司 炊き合わせ 茶碗蒸し フルーツ 	ご飯 海老天盛り合わせ 抹茶塩 がんもの含め煮 チンゲン菜の和え物 吸物 	おにぎり 年明けうどん 茄子の田楽 一口和菓子 	ハヤシライス カリフラワーサラダ フルーツ 福神漬 	ご飯 貝だくさん汁 竹輪の磯部揚げ ブロッコリーの和え物 漬物 
	I補給 - 594kcal 炭水化物 94.9g 蛋白質 25.8g 脂質 13.8g 食塩当量 3.7g	I補給 - 603kcal 炭水化物 118.0g 蛋白質 17.4g 脂質 7.8g 食塩当量 3.4g	I補給 - 541kcal 炭水化物 105.4g 蛋白質 18.1g 脂質 5.6g 食塩当量 4.0g	I補給 - 543kcal 炭水化物 94.9g 蛋白質 17.4g 脂質 11.6g 食塩当量 4.3g	I補給 - 470kcal 炭水化物 99.3g 蛋白質 10.0g 脂質 3.7g 食塩当量 3.6g	I補給 - 677kcal 炭水化物 105.8g 蛋白質 14.9g 脂質 23.6g 食塩当量 3.1g	I補給 - 585kcal 炭水化物 91.0g 蛋白質 18.7g 脂質 17.8g 食塩当量 4.2g
夕食	<大晦日> ゆかりご飯(小) 年越しそば 白菜の和え物 フルーツ 	ご飯 松風焼き 祝肴 紅白なます 雑煮 	ご飯 すき焼き煮 祝肴 ほうれん草の和え物 雑煮 (関東風) 	ご飯 カレイの煮付け 添え野菜 湯葉巻き海老/祝肴 小松菜の煮浸し 味噌汁	ご飯 豚肉の生姜焼き 南瓜の煮物 もやしの和え物 吸物 	ご飯 厚揚げの韓国風煮 冬瓜の煮物 白菜の柚子香和え スープ	ご飯 肉団子の甘酢あん かぶの煮物 ひじきのサラダ 吸物
	I補給 - 437kcal 炭水化物 85.7g 蛋白質 11.6g 脂質 6.0g 食塩当量 3.6g	I補給 - 639kcal 炭水化物 100.9g 蛋白質 32.8g 脂質 12.9g 食塩当量 2.9g	I補給 - 652kcal 炭水化物 97.0g 蛋白質 25.3g 脂質 19.6g 食塩当量 3.1g	I補給 - 522kcal 炭水化物 82.6g 蛋白質 26.2g 脂質 9.6g 食塩当量 3.6g	I補給 - 624kcal 炭水化物 92.2g 蛋白質 16.0g 脂質 22.9g 食塩当量 2.4g	I補給 - 507kcal 炭水化物 84.3g 蛋白質 16.8g 脂質 12.4g 食塩当量 2.9g	I補給 - 539kcal 炭水化物 94.1g 蛋白質 13.4g 脂質 13.2g 食塩当量 3.7g

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。