



メニュー表



	1月21日(日曜日)	1月22日(月曜日)	1月23日(火曜日)	1月24日(水曜日)	1月25日(木曜日)	1月26日(金曜日)	1月27日(土曜日)
朝食	ショコラロール キャベツのソテー 春雨の中華風 ジュース	ロールパン マカロニのトマト仕立て じゃがいものそぼろ煮 牛乳 	レーズンパン オムレツ 野菜のクリーム煮 牛乳	黒糖ロールパン ほうれん草のソテー 高野豆腐の玉子とし スープ 	りんごパン ス克蘭ブルエッグ ジャーマンポテト 牛乳	うずまきクリームパン ベーコンポテト 小松菜の煮浸し 牛乳 	丸ロール 野菜オムレツ ポテトサラダ 牛乳
	I補 ⁺ - 384kcal 炭水化物 55.5g 蛋白質 8.8g 脂質 14.3g 食塩当量 1.5g	I補 ⁺ - 420kcal 炭水化物 55.9g 蛋白質 15.3g 脂質 14.8g 食塩当量 1.6g	I補 ⁺ - 413kcal 炭水化物 52.8g 蛋白質 14.5g 脂質 15.6g 食塩当量 1.7g	I補 ⁺ - 258kcal 炭水化物 38.7g 蛋白質 10.3g 脂質 6.7g 食塩当量 2.9g	I補 ⁺ - 487kcal 炭水化物 59.6g 蛋白質 15.5g 脂質 21.5g 食塩当量 1.9g	I補 ⁺ - 406kcal 炭水化物 46.4g 蛋白質 13.6g 脂質 18.2g 食塩当量 1.6g	I補 ⁺ - 421kcal 炭水化物 49.8g 蛋白質 15.0g 脂質 17.7g 食塩当量 1.7g
昼食	木の葉丼 春菊の煮浸し 金時豆 味噌汁 	<おにぎり定食> おにぎり 鮭の塩焼き 漬物3種盛り 豚汁	ご飯 挽肉包み揚げ 筍の煮物 ブロッコリーの香味和え 味噌汁	マーボー丼 もやしのナムル 味噌汁 フルーツ 	<愛知県 ご当地メニュー> おにぎり 味噌煮込みうどん チンゲン菜の柚子香和え 一口和菓子 	メンチカツカレー ごぼうサラダ ヨーグルト 福神漬 	ご飯 ミートローフ 添え野菜 サラダ スープ デザート 
	I補 ⁺ - 487kcal 炭水化物 96.3g 蛋白質 16.2g 脂質 4.6g 食塩当量 3.8g	I補 ⁺ - 578kcal 炭水化物 87.2g 蛋白質 27.0g 脂質 14.4g 食塩当量 2.7g	I補 ⁺ - 590kcal 炭水化物 94.4g 蛋白質 14.1g 脂質 17.9g 食塩当量 2.9g	I補 ⁺ - 520kcal 炭水化物 88.2g 蛋白質 19.1g 脂質 10.9g 食塩当量 3.4g	I補 ⁺ - 483kcal 炭水化物 96.2g 蛋白質 15.3g 脂質 5.3g 食塩当量 3.9g	I補 ⁺ - 694kcal 炭水化物 118.7g 蛋白質 14.4g 脂質 18.2g 食塩当量 3.1g	I補 ⁺ - 632kcal 炭水化物 96.8g 蛋白質 24.4g 脂質 17.7g 食塩当量 3.1g
夕食	ご飯 厚揚げの野菜炒め マカロニソテー 白菜の和え物 味噌汁 	ご飯 えび入り玉子焼き 茄子の煮物 カリフラワーの明太和え 味噌汁 	ご飯 豚肉の甘辛炒め ひじきの煮物 青菜のピ-ナツ和え 吸物	ご飯 サワラの西京焼き 添え野菜 南瓜の煮物 切干のはりはり和え 吸物 	ご飯 ポークチャップ ちくわの金平 三度豆の辛子和え 味噌汁 	ご飯 鶏肉の胡麻風味焼き 添え野菜 冬瓜のくず煮 オクラの和え物 味噌汁	ご飯 豚肉の柚子胡椒炒め 白菜のさっと煮 スパサラダ 味噌汁 
	I補 ⁺ - 504kcal 炭水化物 93.3g 蛋白質 14.5g 脂質 9.3g 食塩当量 3.1g	I補 ⁺ - 538kcal 炭水化物 86.2g 蛋白質 17.5g 脂質 14.1g 食塩当量 3.5g	I補 ⁺ - 618kcal 炭水化物 87.9g 蛋白質 16.5g 脂質 23.8g 食塩当量 2.4g	I補 ⁺ - 553kcal 炭水化物 96.6g 蛋白質 21.4g 脂質 10.1g 食塩当量 2.3g	I補 ⁺ - 654kcal 炭水化物 89.9g 蛋白質 19.7g 脂質 25.7g 食塩当量 3.3g	I補 ⁺ - 589kcal 炭水化物 83.5g 蛋白質 22.7g 脂質 19.3g 食塩当量 3.0g	I補 ⁺ - 673kcal 炭水化物 88.2g 蛋白質 17.4g 脂質 29.4g 食塩当量 3.0g

※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。