



週間献立表



日付		10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
曜日		月	火	水	木	金	土	日
朝食	A	ご飯 味噌汁 ほうれん草のスクランブルエッグ ツナサラダ	ご飯 味噌汁 温泉玉子 親子煮	ご飯 味噌汁 シシャモフライ 肉団子の旨煮	ご飯 味噌汁 切干大根の炒め煮 厚焼き玉子	ご飯 味噌汁 五目ヒジキ ポイルウインナー	ご飯 小松菜のなめ茸和え コーンハムソテー	ご飯 味噌汁 納豆 オムレツ
		コーヒー牛乳 ロングじゃりパン かきたま汁 チキンナゲット ツナサラダ	フルーツミックス メロンサンドパン コンソメスープ ハッシュドポテト 親子煮	リンゴジュース 食パン きのこスープ ゴボウサラダ 肉団子の旨煮	ヨーグルッパ サンドパン わかめスープ 春雨中華サラダ 厚焼き玉子	オレンジジュース コーヒーサンドパン ミネストローネ コーンのクリーム煮 ポイルウインナー	牛乳 食パン カレースープ トマトサラダ コーンハムソテー	牛乳 紫芋あんぱん 温野菜サラダ オムレツ
		コーヒー牛乳	フルーツミックス	リンゴジュース	ヨーグルッパ	オレンジジュース	牛乳	牛乳
	B	556kcal	639kcal	715kcal	606kcal	655kcal	631kcal	651kcal
		705kcal	769kcal	749kcal	637kcal	738kcal	710kcal	572kcal
昼食	A	味噌メンチカツ丼	メンチカツ	ほうれん草とツナのトマトクリームスパ	ハヤシライス	白身魚のフリッター	スタミナ炒飯	キーマカレーうどん
		天津飯	八宝菜	焼うどん	キーマカレー	鯖の西京焼き	チキンライス	高菜とベーコンの和風スパ
		味噌汁 シューマイ	わかめスープ 蒸しどりと春雨のピリ辛和え ご飯	味噌汁 コロッケ ご飯	コンソメスープ マカロニサラダ	中華スープ 里芋のそぼろ煮 ご飯	中華スープ カレーコロッケ	わかめスープ 春巻き ご飯
	B	897kcal	829kcal	1163kcal	954kcal	785kcal	731kcal	894kcal
		853kcal	713kcal	942kcal	755kcal	709kcal	907kcal	886kcal
夕食	A	ポークソテー	鶏の唐揚げ	ハンバーグ	チキンカツ	鶏の竜田揚げ	回鍋肉	チキンソテー
		豚の生姜炒め	チキンソテー	豚の塩たれ炒め	鶏と大根のべっこう煮	鶏のマヨ焼き	とんかつ	鶏の磯辺揚げ
		すまし汁 青昆布炒め煮 ご飯 サラダバイキング	味噌汁 根菜の金平 ご飯 デザート	コンソメスープ ビーフソテー ご飯 サラダバイキング	味噌汁 ブロッコリーのツナ和え ご飯 デザート	味噌汁 春雨サラダ ご飯 サラダバイキング	味噌汁 こら玉 デザート	味噌汁 キャベツとツナのマヨ和え ご飯 サラダバイキング
	B	822kcal	941kcal	1082kcal	1022kcal	1082kcal	929kcal	880kcal
		756kcal	837kcal	982kcal	795kcal	982kcal	1005kcal	955kcal
		2275kcal	2409kcal	2960kcal	2582kcal	2522kcal	2291kcal	2425kcal
1日合計	B	2314kcal	2319kcal	2673kcal	2187kcal	2429kcal	2622kcal	2413kcal

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

※1日合計は、A,Bの平均値です。
株式会社魚国総本社

九州支社