



週間献立表



日付	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
朝食	A	ご飯 味噌汁 根菜の金平 肉団子の旨煮	ご飯 味噌汁 里芋の旨煮 アスパラベーコンソテー	ご飯 味噌汁 厚揚げとねぎの卵とじ チンゲン菜の中華炒め	ご飯 味噌汁 温泉玉子 蒸しどりとコーンのサラダ	ご飯 味噌汁 炒り鶏 ベーコンソテー	ご飯 納豆 ビーフソテー	ご飯 味噌汁 切干大根の炒め煮 ミートボールのトマト煮
	B	リンゴジュース 苺ジャムパン コンソメスープ オムレツ 肉団子の旨煮	ヨーグルップ コーヒーサンドパン ミネストローネ バナナ アスパラベーコンソテー	オレンジジュース 食パン きのこスープ チキンナゲット チンゲン菜の中華炒め	コーヒー牛乳 メロンサンドパン わかめスープ ポイルワインナー 蒸しどりとコーンのサラダ	フルーツミックス 栗アパン 中華スープ ハッシュドポテト ベーコンソテー	牛乳 食パン カレースープ オムレツ ビーフソテー	牛乳 チョココルネ フルーツヨーグルト ミートボールのトマト煮
エネルギー	A	679kcal	658kcal	654kcal	582kcal	645kcal	640kcal	750kcal
	B	565kcal	670kcal	683kcal	721kcal	716kcal	723kcal	607kcal
昼食	A	スタミナ丼	鶏のトマト煮	スパゲティミートソース	サンマの塩焼き	ハンバーグカレー	他人丼	ちゃんぽん
	B	揚げ鳥甘辛丼 味噌汁 温野菜サラダ	チーズハンバーグ 中華スープ キャベツとツナのマヨ和え ご飯	明太スパゲティ かきたま汁 お魚バーグ ご飯	鯖の竜田揚げ 味噌汁 ジャーマンポテト ご飯	温玉カレー コンソメスープ ツナサラダ	パーコー飯 わかめスープ ミニメンチカツ	豚骨ラーメン 春巻き ご飯
エネルギー	A	994kcal	915kcal	1040kcal	760kcal	744kcal	958kcal	1013kcal
	B	834kcal	796kcal	1023kcal	872kcal	641kcal	1047kcal	877kcal
夕食	A	チキンカツ	ポークソテー	メンチカツ	タンドリーチキン	回鍋肉	チキンピカタ	鶏の竜田揚げ
	B	豚キムチ すまし汁 春雨サラダ ご飯 サラダバイキング	豚とニラの塩炒め 味噌汁 マカロニサラダ ご飯 デザート	鶏の照りマヨ焼き 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 ご飯 サラダバイキング	油淋鶏 かきたま汁 ほうれん草のごま和え ご飯 デザート	豚の生姜焼き 味噌汁 大豆とひじき煮 ご飯 サラダバイキング	八宝菜 味噌汁 もやしのごま和え ご飯 デザート	豚肉のカルピ炒め 味噌汁 パンフキンサラダ ご飯 サラダバイキング
エネルギー	A	1081kcal	911kcal	1000kcal	825kcal	870kcal	874kcal	1091kcal
	B	844kcal	953kcal	999kcal	982kcal	773kcal	775kcal	856kcal
1日合計	A	2754kcal	2484kcal	2694kcal	2167kcal	2259kcal	2472kcal	2854kcal
	B	2243kcal	2419kcal	2705kcal	2575kcal	2135kcal	2545kcal	2340kcal

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