



週間献立表



日付	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
朝食	A	ご飯 味噌汁 切干大根はりはり きのこスクランブルエッグ	ご飯 味噌汁 筑前煮 コールスローサラダ	ご飯 味噌汁 納豆 厚揚げ味噌炒め	ご飯 味噌汁 温泉卵 コーンサラダ	ご飯 味噌汁 金平蓮根 ビーフソテー	ご飯 シシャモフライ じゃが芋のそぼろ煮	ご飯 味噌汁 竹輪の炒り煮 大根の洋風旨煮
	B	いちご牛乳 チョコチップメロンパン コンソメスープ フルーツヨーグルト きのこスクランブルエッグ	ヨーグルッペ あんぱん きのこスープ チキンナゲット コールスローサラダ	りんごジュース ロングじゃりパン カレースープ ポイルウインナー 厚揚げ味噌炒め	コーヒー牛乳 食パン わかめスープ ベーコンソテー コーンサラダ	フルーツミックス 紫芋あんぱん ミネストローネ ミニオムレツ ビーフソテー	牛乳 苺ホイップコロネ わかめスープ ポイルウインナー じゃが芋のそぼろ煮	牛乳 食パン ハッシュドポテト 大根の洋風旨煮
エネルギー	A	659kcal	674kcal	708kcal	539kcal	618kcal	746kcal	656kcal
	B	737kcal	617kcal	836kcal	617kcal	670kcal	644kcal	751kcal
昼食	A	豚肉の味噌漬け焼き	鶏の竜田揚げ	麻婆丼	白身魚のフリッター	挽肉味噌炒め	夏野菜カレーうどん	高菜ピラフ
	B	牛肉の韓国風焼肉サラダ	鶏のコーンマヨ焼き	中華丼	さんまの塩焼き	豚しゃぶ	サラダラーメン	そばめし
エネルギー	A	809kcal	964kcal	744kcal	776kcal	806kcal	1061kcal	788kcal
	B	721kcal	882kcal	819kcal	769kcal	763kcal	976kcal	800kcal
夕食	A	鯖の照り焼き	チーズハンバーグ	柳川煮	豚じゃが	鶏の唐揚げ	照り焼きハンバーグ	鶏の唐揚げ
	B	カレイの唐揚げ	すき焼き風	メンチカツ	ポークソテー	イタリアンチキン	豚の甘辛炒め	豚肉の生姜炒め
エネルギー	A	725kcal	810kcal	915kcal	911kcal	919kcal	859kcal	936kcal
	B	761kcal	886kcal	845kcal	857kcal	846kcal	767kcal	777kcal
1日合計	A	2193kcal	2448kcal	2367kcal	2226kcal	2343kcal	2666kcal	2380kcal
	B	2219kcal	2385kcal	2500kcal	2243kcal	2279kcal	2387kcal	2328kcal

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。

- ・・・魚介類使用
- ・・・卵使用

※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