



# 週間献立表



日付	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	
朝食	A	ご飯 味噌汁 インゲンのごま和え 春雨ソテー	ご飯 味噌汁 ほうれん草のシラス和え 厚焼き玉子	ご飯 味噌汁 温泉玉子 白菜のベーコン煮	ご飯 味噌汁 ブロッコリーの辛子和え マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 大根のそぼろ煮 ビーフソテー	ご飯 味噌汁 納豆 ゴボウサラダ	
	B	コーヒー牛乳 サンドパン 春雨スープ オニオンフランク炒め 春雨ソテー	ジョア 紫芋あんぱん コンソメスープ ポークビーンズ 厚焼き玉子	フルーツミックス 食パン わかめスープ スクランブルエッグ 白菜のベーコン煮	リンゴジュース クリームパン オニオンスープ ウイナーソテー マカロニサラダ	オレンジジュース メロンパン きのこスープ エッグサラダ ビーフソテー	牛乳 食パン コーンクリーム ポイルウイナー ポテトサラダ	牛乳 チョココルネ チキンナゲット ゴボウサラダ
	エネルギー	A 578kcal B 711kcal	ジョア 535kcal B 543kcal	フルーツミックス 626kcal B 747kcal	リンゴジュース 601kcal B 629kcal	オレンジジュース 647kcal B 658kcal	牛乳 604kcal B 936kcal	牛乳 681kcal B 585kcal
昼食	A	クリームシチュー	白身魚のマヨ焼き	カレーうどん	かつ丼	メンチカツ	きつねうどん	ウイナーピラフ
	B	ポークシチュー	アジフライ&ホタテ風コロケ	ほうれん草とツナのクリームスパ	麻婆丼	ハンバーグ	肉うどん	ドライカレー
		エビフライ ご飯	かきたま汁 ジャーマンポテト ご飯	コンソメスープ シューマイ ご飯	味噌汁 コロケ	味噌汁 揚げ出し豆腐 ご飯	餃子 ご飯	コンソメスープ ミートボールのトマト煮
エネルギー	A 732kcal B 946kcal	817kcal 924kcal	899kcal 1080kcal	987kcal 744kcal	906kcal 831kcal	788kcal 980kcal	850kcal 850kcal	
夕食	A	メンチカツ	牛肉と筍の炒め	イタリアンチキン	鶏の竜田揚げ	鶏の味噌マヨ焼き	豚の甘辛炒め	鶏の唐揚げ
	B	豚の生姜焼き コンソメスープ 筑前煮 ご飯 サラダバイキング	鶏の磯辺揚げ 味噌汁 大根と油揚げの炒め ご飯 デザート	ハンバーグ 味噌汁 里芋の旨煮 ご飯 サラダバイキング	鶏の照り焼き すまし汁 ツナポテトソテー ご飯 デザート	焼肉風 中華スープ 春雨中華サラダ ご飯 サラダバイキング	豚しゃぶ 味噌汁 オクラとささみの和え物 ご飯 デザート	チキンソテー 味噌汁 千切り大根のごま和え ご飯 サラダバイキング
	エネルギー	A 938kcal B 786kcal	798kcal 913kcal	953kcal 869kcal	1019kcal 852kcal	935kcal 809kcal	774kcal 708kcal	920kcal 816kcal
1日合計	A 2248kcal B 2443kcal	2150kcal 2380kcal	2478kcal 2696kcal	2607kcal 2225kcal	2488kcal 2298kcal	2166kcal 2624kcal	2451kcal 2251kcal	

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