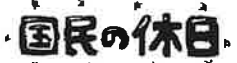
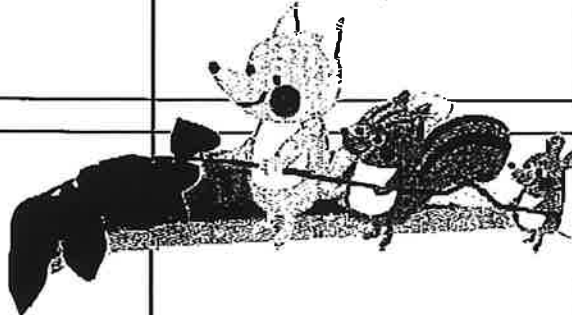


日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		野菜コロッケ しおやきそば ひじきのにも ほうれんそうのおひたし 小麦 343kcal 7.2g 5.8g 225mg 45mg 1.0g	ハムカツ しらたきソテー 厚焼玉子 わかめサラダ 小麦 卵 乳 401kcal 8.3g 11.7g 143mg 19mg 1.1g	みそだれやきにく キャベツソテー 焼き餃子 もやしナムル 小麦 377kcal 13.1g 10.2g 276mg 40mg 1.1g	ぶちハンバーグ ハンバーグのたれ オニオンソテー こふきいも ツナサラダ 小麦 卵 336kcal 9.2g 6.0g 297mg 20mg 1.1g	
6	7	8	9	10	11	12
	オムレツ ポテトとベーコンソテー さんしょくまめ にくだんご 小麦 卵 乳 500kcal 11.8g 20.3g 407mg 24mg 1.1g	はっほうさい シューマイ きゅうりのごまあえ 小麦 乳 299kcal 9.0g 4.0g 228mg 30mg 1.0g	チキンステーキ ビーフンちゅうかいため じゃがいものうまに ブロッコリーサラダ 小麦 317kcal 12.0g 2.7g 234mg 17mg 0.8g	さけチャンチャンやき きりぼしだいこんいりに ワカメとビーンズサラダ 小麦 384kcal 10.2g 10.9g 261mg 37mg 0.5g	ポークカレー チキンナゲット きゅうりづけ 小麦 乳 363kcal 9.9g 10.0g 277mg 30mg 0.7g	
13	14	15	16	17	18	19
	イカカツ やさしいため コーンのいそに きゅうりおかかあえ 小麦 311kcal 7.9g 4.6g 301mg 38mg 2.0g	ぶたロースのしょうがやき えいようさんびら プチケーキ だいこんサラダ 小麦 卵 乳 354kcal 9.8g 8.4g 152mg 21mg 0.9g	ピピンパ(そぼろ) ナムル ちくわのいそべあげ はるさめサラダ 小麦 441kcal 23.4g 6.8g 356mg 83mg 2.9g	鶏の唐揚げ ミートスパゲティ ぶどうゼリー きゅうりとチーズのサラダ 小麦 卵 乳 451kcal 15.1g 12.1g 176mg 43mg 0.9g	さばのみそやき みそだれ やわらか角揚げ オニオンリング キャベツのごまあえ 小麦 438kcal 12.1g 15.2g 260mg 28mg 1.4g	
20	21	22	23	24	25	26
				マーボー豆腐 さつま揚げ煮付 きゅうりとツナのサラダ 小麦 卵 343kcal 11.5g 6.2g 259mg 61mg 1.1g	目玉焼フライ ソースかけ バターコーン だいこんコンソメに かんこくナムル 小麦 卵 乳 357kcal 8.2g 8.4g 239mg 30mg 1.3g	
27	28	29	30			
	てりやきチキン こまつなのいためもの ちくわとこんにゃくのみそに わかめサラダ 小麦 304kcal 12.6g 3.0g 141mg 71mg 1.4g	クリームシチュー ギョーザのいそべあげ きゅうりサラダ 小麦 卵 乳 362kcal 9.1g 7.7g 288mg 20mg 0.7g	ごちそうメンチ やきそば カクテルゼリー キャベツのしおもみ 小麦 卵 乳 401kcal 9.3g 9.7g 244mg 38mg 0.7g			
						

栄養値表示
I材料 - 蛋白質 脂肪
加外 加外 食塩相当量

※お米は国産を使用しております
※材料の都合により献立の一部を変更させていただく場合がございます。
※アレルギー物質9品目(えび・カシューナッツ・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生)を表示しています。