

週間献立予定表
2023年05月08日(月)～2023年05月14日(日)

日付	朝食	昼食	夕食
5/8 (月)	照焼ハンバーグ 小松菜の胡麻和え サラダ みそ汁 シユース ごはん 卵・納豆 エネルギー たんぱく質 670 kcal 26.7 g	ビーフシチュー 海藻サラダ ごはん コンソメスープ エネルギー たんぱく質 687 kcal 20.0 g	ヒレカツ マカロニサラダ れんこん金平 味噌汁 ごはん エネルギー たんぱく質 829 kcal 36.0 g
5/9 (火)	カレーコロッケ りんご コンソメスープ シユース ごはん サラダ ホットドッグパン エネルギー たんぱく質 702 kcal 18 g	鶏肉の山賊焼き フロッコリーのおかか和え 味噌汁 ごはん エネルギー たんぱく質 692 kcal 35.9 g	回鍋肉 豆腐の中華あんかけ 海鮮焼売 中華スープ ごはん エネルギー たんぱく質 966 kcal 36.1 g
5/10 (水)	鶏肉の香りバター醤油焼 スパゲティサラダ サラダ みそ汁 生乳 ごはん 卵・納豆 エネルギー たんぱく質 928 kcal 37.8 g	白身魚の天ぷら コールスローサラダ すまし汁 ごはん エネルギー たんぱく質 697 kcal 18.0 g	鶏肉のチーズ照り焼き ビーフソテー 味噌汁 ごはん エネルギー たんぱく質 926 kcal 40.6 g
5/11 (木)	鯖の煮つけ かんも煮物 サラダ 味噌汁 生乳 ごはん 卵・納豆 エネルギー たんぱく質 728 kcal 27.9 g	明太子クリームスパゲティ ハムサラダ フルーツ(オレンジ) エネルギー たんぱく質 525 kcal 20.1 g	酢豚 胡瓜とわかめの中華和え 中華スープ ごはん エネルギー たんぱく質 788 kcal 35.8 g
5/12 (金)	メンチカツ スパゲティのケチャップソテー サラダ わかめスープ 生乳 ごはん ホットドッグパン エネルギー たんぱく質 630 kcal 20 g	鶏肉のピザ焼 アスパラのソテー みそ汁 ごはん エネルギー たんぱく質 791 kcal 38.9 g	フリ大根 たらこ入りポテトサラダ 味噌汁 ごはん エネルギー たんぱく質 774 kcal 29.1 g
5/13 (土)	鶏肉のしそ風味天ぷら 厚揚げ煮物 サラダ 味噌汁 生乳 ごはん 卵・納豆 エネルギー たんぱく質 652 kcal 22.8 g	フルコギ丼 チョレキサラダ 中華スープ エネルギー たんぱく質 875 kcal 30.8 g	鶏のから揚げ ネギボン酢がけ いんげんのごま和え 味噌汁 ごはん エネルギー たんぱく質 770 kcal 22.5 g
5/14 (日)	食パン スクランブルエッグ ウィンナー サラダ コンソメスープ 生乳 ごはん エネルギー たんぱく質 829 kcal 21.8 g	かき揚げうどん わかめごはん オクラの辛子和え エネルギー たんぱく質 594 kcal 10.4 g	おろしトンカツ マカロニサラダ みそ汁 ごはん エネルギー たんぱく質 925 kcal 32.4 g

※材料等の関係により変更する場合があります。