









































































日付	9			10			11			12			13			14			15			
曜日	日			月			火			水			木			金			土			
朝食	ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			
	アジフライ50			こってり鶏肉とごぼう炒め			かりかりささみ揚げ80			白菜と挽肉の炒め物			ソーセージカツ&サラダ			鶏肉とキャベツの塩にんにく炒め			ウインナー炒め			
	キャベツとハムの炒め物			ほうれん草のいそか和え			サラダ キャベ			イカリングフライ2			コンソメポテト			コーンコロッケ30			目玉焼き			
	生たまご			納豆			ブロッコリーとたまごのマヨソテー			ブロッコリーのマヨ和え			生たまご			味付きもやし（できあい）			ポテトサラダ			
	みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁			スープ			みそ汁			スープ			
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	
たんぱく		g			g			g			g			g			g			g		
脂質		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 	
塩分		g			g			g			g			g			g			g		
夕食	ご飯			炒飯			挽肉カレー			ご飯			中華そば			ご飯			ご飯			
	豚肉のしぐれ煮			春巻き2			かぼちゃコロッケ			ガーリックペッパーチキン			餃子4			ハンバーグ 和風ソース			豚肉のテンメンダレ炒め			
	もやしサラダ			キャベツとわかめのナムル風サラダ			コーンサラダ			サラダ キャベ			小松菜とハムの中華サラダ			フライドポテト&サラダ			ワカメムチム			
	大学芋									ウインナーとピーマンの甘辛炒め						ココアプリン			チーズロール			
	みそ汁			スープ			スープ			スープ						スープ			スープ			
																《ハッピーバレンタイン》						
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	
たんぱく		g			g			g			g			g			g			g		
脂質		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 	
塩分		g			g			g			g			g			g			g		

アレルギー表示 ・卵 ・乳 ・小麦 ・そば ・落花生 ・えび ・カニ ・くるみ



日付	24			25			26			27			28		
曜日	月			火			水			木			金		
朝食	ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯		
	ソーセージと豆のトマト煮			鶏肉のスタミナピリ辛炒め			ハムカツ			野菜炒め			かりかりささみ揚げ		
	イカリングフライ			ほうれん草のいそか和え			サラダ キャベ			ミートボール2			サラダ キャベ		
	マカロニサラダ			生たまご			変わり金平			納豆			フロッキーとウィンナーとコーンのソテー		
	スープ			みそ汁			みそ汁			みそ汁			スープ		
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー
たんぱく		g			g			g			g			g	
脂質		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 
塩分		g			g			g			g			g	
夕食	ご飯			ポークカレー			ご飯			和風パスタ			ご飯		
	豚キャベツの塩炒め			牛コロッケ			ごま照り焼きチキン			エビカツ55			ハンバーグケチャソ		
	かにかまとわかめの和え物			ハムサラダ			ポテトサラダ			ツナサラダ			オムレツ		
	とうもろこしの香ばしつまみ揚げ						豆苗と卵の炒め物						フライドポテト&サラダ		
	みそ汁			スープ			みそ汁			スープ			スープ		
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー
たんぱく		g			g			g			g			g	
脂質		g	 		g	 		g	 		g	 		g	 
塩分		g			g			g			g			g	

アレルギー表示

- ・卵
- ・乳
- ・小麦
- ・そば
- ・落花生
- ・えび
- ・カニ
- ・くるみ

