

	19日(月)				20日(火)				21日(水)				22日(木)				23日(金)			
朝 ☀					ご飯 みそ汁 鶏そぼろ炒め 厚焼き玉子 味付けのり 牛乳				ご飯 みそ汁 五目きんぴら ほうれん草の卵サラダ ふりかけ ジョア				パン&ジャム&チーズ コーンスープ ほうれん草の卵炒め フレンチチーズサラダ 牛乳				ご飯 みそ汁 肉団子 野菜炒め ふりかけ ジョア			
	エネルギー				エネルギー 699				エネルギー 652				エネルギー 753				エネルギー 621			
	タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	28.3	21.5	タンパク質	脂質	24.2	13.2	タンパク質	脂質	31.2	33.2	タンパク質	脂質	23.0	12.1
昼 ☀	ご飯 みそ汁 ※ミックスフライ 付)花野菜・オレンジ フレンチサラダ ※(鶏の竜田揚げ、ホタテフライ、コーンクリームソフ)				ご飯 コンソメスープ 目玉焼きハンバーグ ナポリタン				ご飯 みそ汁 鶏肉の辛味からあげ 付)コーンスロー・オレンジ ナムル				わかめごはん 肉うどん 天ぷら				カレーライス わかめスープ 盛り合わせサラダ 杏仁フルーツポンチ			
	エネルギー 881				エネルギー 749				エネルギー 803				エネルギー 1005				エネルギー 911			
	タンパク質	脂質	22.9	31.7	タンパク質	脂質	27.5	18.1	タンパク質	脂質	31.3	28.8	タンパク質	脂質	26.6	30.3	タンパク質	脂質	25.7	31.7
タ 🌙	ご飯 クリームシチュー チキンチャップ 付)サラダ ブロッコリーサラダ				ご飯 中華玉子スープ プルコギ炒め カニシューマイ 付)ポン酢和え				ご飯 コンソメスープ ホキのポテトチーズ焼き 付)温野菜 和風きのこスパゲティ				ご飯 みそ汁 鮭のゴマみそ焼き 豚肉ときのこの炒め							
	エネルギー 895				エネルギー 779				エネルギー 674				エネルギー 841				エネルギー			
	タンパク質	脂質	34.6	32.7	タンパク質	脂質	30.0	28.4	タンパク質	脂質	27.7	14.2	タンパク質	脂質	35.4	13.9	タンパク質	脂質		
	26日(月)				27日(火)				28日(水)				29日(木)				30日(金)			
朝 ☀					ご飯 みそ汁 ウインナーとほうれん草のスクランブルエッグ ブロッコリーのツナサラダ ふりかけ 牛乳				ご飯 みそ汁 鶏と根菜のてりやき炒め ごぼうサラダ 味付けのり ジョア				パン(チョコ・バター・黒糖) オニオンコンソメスープ オムレツ&ウインナー マカロニサラダ 牛乳				ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 付)いんげん 紅あずまサラダ ふりかけ ジョア			
	エネルギー				エネルギー 781				エネルギー 727				エネルギー 788				エネルギー 859			
	タンパク質	脂質			タンパク質	脂質	29.4	29.5	タンパク質	脂質	22.6	21.5	タンパク質	脂質	21.6	45.7	タンパク質	脂質	21.6	23.8
昼 ☀	ご飯 みそ汁 ミックスグリル 付)ポテトコーン チョレギサラダ ※にマスタード、芥子、ウイナー、目玉焼きハンバーグ				ご飯 みそ汁 チーズインハンバーグ 付)ポテト・ブロッコリー 海藻サラダ				ご飯 カレーコンソメスープ 白身魚のピカタ 付)ブロッコリー・トマト フレンチサラダ				わかめごはん みそ野菜ラーメン ししゃもフライ 付)キャベツ・レモン				トルコライス 野菜スープ かぼちゃプリン			
	エネルギー 796				エネルギー 734				エネルギー 625				エネルギー 862				エネルギー 822			
	タンパク質	脂質	29.6	26.6	タンパク質	脂質	33.4	19.5	タンパク質	脂質	29.6	11.2	タンパク質	脂質	31.9	20.8	タンパク質	脂質	24.1	22.7
タ 🌙	ご飯 おでん かれの磯部(いそべ)焼き 付)ブロッコリー レンコンとベーコンの醤油炒め				ご飯 みそ汁 鶏肉の香草パン粉焼き 付)カリフラワー・トマト シーザーサラダ				ご飯 みそ汁 チキングリル〜オニオンソース〜 付)リンゴ シラスのパペロンチーノ				ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 付)トマト 春雨サラダ							
	エネルギー 726				エネルギー 711				エネルギー 770				エネルギー 706				エネルギー			
	タンパク質	脂質	29.9	23.4	タンパク質	脂質	31.8	25.2	タンパク質	脂質	30.3	24.2	タンパク質	脂質	30.9	20.4	タンパク質	脂質		

・献立、食材は仕入れの都合などにより変更させていただく場合があります。
・最新の情報は提供カウンターに掲示している献立表をご確認ください。
・喫食の際は、表示している原材料をご確認のうえ、喫食者及び保護者でご判断ください。