

# 今週の献立

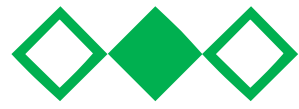
	11月26日(月)	11月27日(火)	11月28日(水)	11月29日(木)	11月30日(金)	12月01日(土)	12月02日(日)
朝	ご飯 秋刀魚の梅照り焼き けんちん煮 佃煮 牛乳 味噌汁(かぶ)	ご飯 さつま揚げ入り野菜炒め 春菊のお浸し ふりかけ 牛乳 味噌汁(おくら)	ご飯 車麩の卵とじ 長芋のわさび酢和え のり佃煮 牛乳 清汁(なると)	ご飯 あじつみれと野菜の煮物 小松菜のピーナッツ和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(南瓜)	クリームパン チーズ入りスクランブルエッグ コールスローサラダ りんごジュース コンソメスープ(魚肉ソーセージ)	ご飯 和風野菜炒め 菊花和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(もやし)	ご飯 がんもの煮物 小松菜のわさび醤油 のり佃煮 牛乳 味噌汁(豆腐)
	I補給 - 592	I補給 - 433	I補給 - 484	I補給 - 490	I補給 - 576	I補給 - 444	I補給 - 488
	たんぱく質 脂質 22.9 20.2	たんぱく質 脂質 16.8 11	たんぱく質 脂質 19.1 11.6	たんぱく質 脂質 18.9 13.4	たんぱく質 脂質 22.3 22	たんぱく質 脂質 17.7 12	たんぱく質 脂質 20.1 13.5
	塩分 2.7	塩分 2.1	塩分 2.4	塩分 2.1	塩分 3.1	塩分 2.6	塩分 2.3
昼	麦めし 豚肉と野菜のバタボン蒸し ふきと油揚げの煮物 レタスとひじきのポン酢和え フルーツ 清汁(とろろ昆布)	ご飯 鱈の味噌マヨネーズ焼き じゃが芋と豆のウィンナー炒め アスパラサラダ フルーツ コンソメスープ(ほうれん草)	きのこの和風スパゲッティ ブロッコリーとあさりソテー ごぼうサラダ フルーツ コンソメスープ(春菊)	ひじきご飯 鯖の韓国風つけ焼き 里芋と竹の子の煮物 いんげんの生姜お浸し フルーツ 清汁(麩)	ご飯 麻婆茄子 チンゲン菜の華風炒め 春雨サラダ フルーツ 中華スープ(もやし)	大豆入りじゃこご飯 秋刀魚の梅照り焼き 生揚げと大根の炒め煮 いんげんの生姜お浸し フルーツ 吉野汁	麦めし 豚肉と茄子の柚子こしょう焼き かぶの煮物 もやしのゆかり和え フルーツ 味噌汁(さつま芋)
	I補給 - 524	I補給 - 542	I補給 - 558	I補給 - 566	I補給 - 411	I補給 - 581	I補給 - 551
	たんぱく質 脂質 17.7 19.4	たんぱく質 脂質 22.6 18.6	たんぱく質 脂質 21.5 7.2	たんぱく質 脂質 23.3 13	たんぱく質 脂質 13.1 8.7	たんぱく質 脂質 22.4 18.2	たんぱく質 脂質 19.9 18
	塩分 1.9	塩分 2.5	塩分 2.3	塩分 3	塩分 1.9	塩分 2.6	塩分 2.1
おやつ	やわらか団子(よもぎ)	手作り抹茶ゼリー	厚切りカットパウム(チョコ)	はちみつカステラ	手作りきなこクッキー	手作り苺ババロア	エクレア
	I補給 - 42	I補給 - 74	I補給 - 87	I補給 - 67	I補給 - 90	I補給 - 74	I補給 - 71
	たんぱく質 脂質 0.9 0.1	たんぱく質 脂質 0.4 0	たんぱく質 脂質 1.7 4.6	たんぱく質 脂質 1.5 0.9	たんぱく質 脂質 1.9 4.6	たんぱく質 脂質 1.4 3.4	たんぱく質 脂質 2.1 3.4
	塩分 0.1	塩分 0	塩分 0	塩分 0	塩分 0.1	塩分 0	塩分 0.1
夕	ご飯 ほうれん草とベーコンのキッシュ なすのソテー カニ風味サラダ コンソメスープ(白菜)	中華丼 かぶのピリ辛炒め もやしと青菜のナムル 卵スープ	麦めし 鮭の塩焼き 大根のそぼろあん 黒豆 清汁(赤小板)	ご飯 チキンのトマトソース煮 アスパラとヤングコーンのソテー 野菜のマリネ コンソメスープ(もやし)	ご飯 ホキの粕漬け 五目ひじき煮 さつま芋の胡麻よごし 味噌汁(おくら)	ご飯 ハンバーグのデミグラスソース ほうれん草ソテー ごぼうサラダ コンソメスープ(トマト)	ご飯 メルルーサの野菜あんかけ 白菜の中華風旨煮 キャベツのゴマ酢風味 中華スープ(菜の花)
	I補給 - 420	I補給 - 426	I補給 - 468	I補給 - 359	I補給 - 443	I補給 - 433	I補給 - 345
	たんぱく質 脂質 16.2 13.2	たんぱく質 脂質 12.5 14.6	たんぱく質 脂質 24.9 9.4	たんぱく質 脂質 18.2 6.3	たんぱく質 脂質 19.2 6.6	たんぱく質 脂質 14.9 12.6	たんぱく質 脂質 17.8 1.5
	塩分 2.3	塩分 3.2	塩分 2.4	塩分 1.9	塩分 2.4	塩分 2.6	塩分 3.5

※都合により献立を変更させていただく場合もあります。

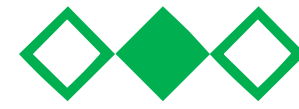
# 今週の献立

	12月03日(月)	12月04日(火)	12月05日(水)	12月06日(木)	12月07日(金)	12月08日(土)	12月09日(日)
朝	チョココロネ オムレツ チーズサラダ ジョア コーンスープ	ご飯 きのこ豆腐の旨煮 納豆 ふりかけ 牛乳 味噌汁(なめこ)	ご飯 さつま揚げ入り野菜炒め 春菊のお浸し 漬け物(高菜) 牛乳 清汁(はんぺん)	ロールパン ベーコン入りスクランブルエッグ 切干し大根のマヨサラダ 乳酸菌飲料 コンソメスープ(かにかま)	ご飯 和風炒り煮 小松菜のなめ茸和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(おくら)	ご飯 野菜炒め 大根とツナの和え物 ねり梅 牛乳 味噌汁(かぶ)	ご飯 揚げボールと根菜の含め煮 とろろ のり佃煮 牛乳 清汁(はんぺん)
	I補給 - 566	I補給 - 526	I補給 - 416	I補給 - 483	I補給 - 473	I補給 - 499	I補給 - 455
	たんぱく質 脂質 20.5 25.6	たんぱく質 脂質 25.7 15.8	たんぱく質 脂質 16.4 10.3	たんぱく質 脂質 17.3 18.8	たんぱく質 脂質 20.1 11	たんぱく質 脂質 18.4 15.5	たんぱく質 脂質 17.9 9.5
	塩分 1.8	塩分 1.9	塩分 2.6	塩分 2.2	塩分 1.8	塩分 2.5	塩分 2.6
昼	ご飯 芙蓉蟹 野菜の中華炒め ひじきと人参のマリネ フルーツ 中華スープ(春雨)	ご飯 鶏肉のディアブル風 ブロッコリーとヤングコーンの温サラダ キャベツのサラダ フルーツ コンソメスープ(トマト)	正油ラーメン えび焼売 トマトの中華風味 フルーツ	ひじきと梅の炊き込みご飯 豚肉のスタミナ炒め さつま芋のレモン煮 ささみと胡瓜のたらこマヨ和え フルーツ 味噌汁(くきわかめ)	ご飯 揚げたらの白菜あんかけしょうが風味 じゃが芋の高菜炒め カニ風味サラダ フルーツ 中華スープ(木耳)	ご飯 オムレツのデミグラスソース ブロッコリーとしめじソテー さつま芋と胡瓜のサラダ カクテルゼリー コンソメスープ(菜の花)	ご飯 鱈の香味焼き 南瓜のそぼろあん ほうれん草の和風和え フルーツ 味噌汁(あさり)
	I補給 - 468	I補給 - 458	I補給 - 472	I補給 - 592	I補給 - 469	I補給 - 532	I補給 - 483
	たんぱく質 脂質 12.5 17.4	たんぱく質 脂質 21.3 11.1	たんぱく質 脂質 20.6 9.9	たんぱく質 脂質 21.9 16.1	たんぱく質 脂質 17.8 10.6	たんぱく質 脂質 11.8 17.7	たんぱく質 脂質 28 7.8
	塩分 2.7	塩分 2.2	塩分 3.9	塩分 3.3	塩分 2.8	塩分 3	塩分 2.8
おやつ	紫いもクリームブッセ	牛乳カステラ	どらやき	手作りパウンドケーキ	もみじまんじゅう(うぐいす)	ロールケーキ(コーヒー)	雪の宿
	I補給 - 84	I補給 - 51	I補給 - 63	I補給 - 63	I補給 - 70	I補給 - 69	I補給 - 83
	たんぱく質 脂質 1.3 4.3	たんぱく質 脂質 1.2 0.7	たんぱく質 脂質 1.6 0.7	たんぱく質 脂質 1.9 1.1	たんぱく質 脂質 1.6 0.4	たんぱく質 脂質 1.2 2.3	たんぱく質 脂質 1 2.9
	塩分 0	塩分 0	塩分 0	塩分 0	塩分 0	塩分 0.1	塩分 0.3
夕	ご飯 鶏肉の照り煮 あさりとアスパラのカレー炒め ポテトサラダ 清汁(麩)	麦めし 鮭の西京焼き 大学南瓜 もやしと青菜のナムル かきたま汁	ご飯 豚肉のみぞれ煮 竹輪と青菜の炒め物 冷奴 味噌汁(白菜)	麦めし 鯖の南部焼き 茄子とごぼうのしぐれ煮 キャベツ紅漬け 吉野汁	親子丼 切り昆布の煮物 黒豆 清汁(たけのこ)	麦めし 鱈のおろし煮 れんこんしらす炒め 春菊の磯辺和え 豚汁	ご飯 チキンのきのこソース アスパラのソテー スパゲティーサラダ コンソメスープ(小松菜)
	I補給 - 492	I補給 - 418	I補給 - 470	I補給 - 471	I補給 - 502	I補給 - 457	I補給 - 462
	たんぱく質 脂質 23.7 8.8	たんぱく質 脂質 19.3 7.9	たんぱく質 脂質 19.3 16.4	たんぱく質 脂質 19.3 11.9	たんぱく質 脂質 26.4 11.6	たんぱく質 脂質 21.9 9	たんぱく質 脂質 20.9 12.9
	塩分 2.6	塩分 1.8	塩分 1.9	塩分 1.9	塩分 3.8	塩分 2.4	塩分 2.4

※都合により献立を変更させていただく場合もあります。



# 今週の献立



	12月10日(月)	12月11日(火)	12月12日(水)	12月13日(木)	12月14日(金)	12月15日(土)	12月16日(日)
朝	ご飯 高野豆腐の煮付け チンゲン菜の和え物 ふりかけ 牛乳 味噌汁(にら)	ロールパン ベーコン入り野菜ソテー ツナサラダ ジョア コンソメスープ(じゃが芋)	ご飯 車麩と野菜の煮物 蕪のあちら漬け ふりかけ 牛乳 清汁(たけのこ)	食パン 目玉焼き 海老とブロッコリーのサラダ ジョア コンソメスープ(チンゲン菜)	ご飯 豆腐の中華風炒め煮 もやしの辛子醤油 漬け物(桜大根) 牛乳 清汁(とろろ昆布)	ご飯 車麩と野菜の含め煮 白菜のしその実和え ねり梅 牛乳 味噌汁(さつま芋)	ご飯 ニラ玉炒め 長芋のポン酢かけ のり佃煮 牛乳 味噌汁(麩)
	I補給 - 455	I補給 - 447	I補給 - 465	I補給 - 467	I補給 - 434	I補給 - 471	I補給 - 495
	たんぱく質 脂質 18.6 12.6	たんぱく質 脂質 20.1 14.6	たんぱく質 脂質 17 13	たんぱく質 脂質 23.3 16.5	たんぱく質 脂質 19.3 10.3	たんぱく質 脂質 17.5 12.2	たんぱく質 脂質 20 13.4
	塩分 2.1	塩分 2.4	塩分 2	塩分 2.6	塩分 2.8	塩分 2.2	塩分 1.8
昼	あんかけやきそば じゃが芋と豆の中華炒め物 茄子の南蛮漬け フルーツ 中華スープ(ウインナー)	ご飯 アサリの卵とじ 小松菜と油揚げの煮浸し もずく酢 フルーツ 清汁(まいたけ)	ご飯 豚肉のマスタードきのこソース ほうれん草とあさりソテー ごぼうのゆずゴマサラダ フルーツ コンソメスープ(もやし)	ご飯 鯖の韓国風つけ焼き キャベツの和風炒め 白菜と鶏肉の甘酢漬け フルーツ 清汁(たけのこ)	ご飯 鶏の唐揚げ チリソース 人参の甘辛炒め 春菊なめ茸和え フルーツ 味噌汁(いんげん)	パエリア イタリア風ミートボール クリームペンネ マスタードサラダ パンナコッタ コンソメスープ(白菜)	枝豆ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 大根しらすあんかけ ほうれん草とささみの生姜醤油 フルーツ 清汁(なると)
	I補給 - 549	I補給 - 387	I補給 - 513	I補給 - 554	I補給 - 579	I補給 - 557	I補給 - 456
	たんぱく質 脂質 18.3 17.8	たんぱく質 脂質 16.1 6.6	たんぱく質 脂質 18.2 18.5	たんぱく質 脂質 26.3 13.7	たんぱく質 脂質 18.4 20.1	たんぱく質 脂質 18.3 20.3	たんぱく質 脂質 26.8 9.8
	塩分 3.8	塩分 2.8	塩分 2.6	塩分 1.9	塩分 1.9	塩分 3.4	塩分 2.8
おやつ	はちみつカステラ	メープルドーナッツ	厚切りカットバウム	手作りプリン	やわらか団子	抹茶カステラ	ホワイトクリームブッセ
	I補給 - 67	I補給 - 78	I補給 - 87	I補給 - 28	I補給 - 42	I補給 - 65	I補給 - 67
	たんぱく質 脂質 1.5 0.9	たんぱく質 脂質 1.7 2.3	たんぱく質 脂質 1.7 4.6	たんぱく質 脂質 1.4 1	たんぱく質 脂質 0.9 0.1	たんぱく質 脂質 2 1.1	たんぱく質 脂質 1.1 3.4
	塩分 0	塩分 0.1	塩分 0	塩分 0	塩分 0.1	塩分 0	塩分 0
夕	ご飯 カレーの照煮 里芋と舞茸の煮物 ひじきと切り干し大根のポン酢和 清汁(麩)	ご飯 肉野菜炒め はんぺんと野菜の煮物 ほうれん草の胡麻よごし 味噌汁(じゃが芋)	麦めし 白身魚のすり身蒸し 大学芋 トマトの和風ドレ けんちん汁	ご飯 豚肉のおろしポン酢かけ がんもとふきの煮物 まさご和え 味噌汁(小松菜)	ご飯 たらしのピザチーズ焼き 茄子のトマト煮込み ミックスローサラダ マカロニスープ	ご飯 豆腐ハンバーグ 南瓜の含め煮 黒豆 清汁(はんぺん)	ご飯 青椒肉絲 チンゲン菜の華風炒め 春雨サラダ 中華スープ(ウインナー)
	I補給 - 421	I補給 - 511	I補給 - 457	I補給 - 488	I補給 - 449	I補給 - 459	I補給 - 536
	たんぱく質 脂質 16.2 7.3	たんぱく質 脂質 20.5 16.4	たんぱく質 脂質 18.8 4.2	たんぱく質 脂質 22.7 18.2	たんぱく質 脂質 23.4 9.8	たんぱく質 脂質 19.4 6.3	たんぱく質 脂質 18.6 23.7
	塩分 2.2	塩分 2.6	塩分 1.6	塩分 2.4	塩分 2.6	塩分 2.6	塩分 2.8

※都合により献立を変更させていただく場合もあります。







# 今週の献立



	12月17日(月)				12月18日(火)				12月19日(水)				12月20日(木)				12月21日(金)				12月22日(土)				12月23日(日)			
朝	ご飯 さつま揚げの煮付け いんげんのきなこ和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(なす)				ロールパン カレースープ煮 カニ風味サラダ ショア				ご飯 チンゲン菜と生揚げの炒め物 納豆 漬け物(たくあん) 牛乳 味噌汁(くきわかめ)				ご飯 じゃが芋としめじの炒り煮 大根とひじきの梅ドレ和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(さつまいも)				クリームパン マカロニトマトスープ煮 アスパラのマヨサラダ りんごジュース				ご飯 魚肉ソーセージの野菜炒め キャベツの梅和え ふりかけ 牛乳 味噌汁(あさり)				あんぱん ウイナー入り野菜ソテー ブロッコリーサラダ りんごジュース コンソメスープ(白菜)			
	I補給 - 466				I補給 - 388				I補給 - 511				I補給 - 487				I補給 - 539				I補給 - 450				I補給 - 512			
	たんぱく質	脂質	18.7	10.8	たんぱく質	脂質	16.7	11.5	たんぱく質	脂質	22.7	16.8	たんぱく質	脂質	18	12.9	たんぱく質	脂質	17.1	20.2	たんぱく質	脂質	16.8	10.5	たんぱく質	脂質	15.1	14.8
	塩分		2.5		塩分		2		塩分		2.4		塩分		1.6		塩分		2.7		塩分		2.6		塩分		2.8	
昼	ご飯 クリームシチュー ブロッコリーのオイマヨ炒め 白菜サラダ フルーツ りんごジュース				麦めし 秋刀魚の塩焼き 大豆と切り干し大根の生姜味噌炒 長芋の磯辺和え フルーツ 清汁(とろろ昆布)				ご飯 豚肉のガーリック炒め アスパラバターソテー たらこときのこのマカロニサラダ フルーツ コンソメスープ(かにかま)				麦めし 中華風炒り卵 もやしと青菜のナムル トマトのおろし和え フルーツ 中華スープ(たけのこ)				いなり寿司 赤魚のかぶら蒸し 南瓜のいとこ煮 菜の花の柚子香和え フルーツ 清汁(海老ボール)				ご飯 揚げ出し豆腐のえびあんかけ 茄子の含め煮 ささみとブロッコリーの胡麻ドレ フルーツ 清汁(はんぺん)				麦めし 豚肉の生姜焼き 人参のたらこ炒め ひじきサラダ フルーツ 吉野汁			
	I補給 - 531				I補給 - 542				I補給 - 521				I補給 - 466				I補給 - 501				I補給 - 452				I補給 - 556			
	たんぱく質	脂質	13.4	13.7	たんぱく質	脂質	21.7	17.4	たんぱく質	脂質	18.2	17.4	たんぱく質	脂質	16.6	14.6	たんぱく質	脂質	22.5	5.9	たんぱく質	脂質	19.9	12.1	たんぱく質	脂質	17.9	20
	塩分		2.6		塩分		2.1		塩分		1.9		塩分		3.1		塩分		2.5		塩分		1.7		塩分		2	
おやつ	たまごロールケーキ				手作りフレンチトースト				手作りコーヒーゼリー				金時豆あんまんじゅう				アメリカンドッグ				あんドーナツ				窯焼きチーズケーキ			
	I補給 - 69				I補給 - 89				I補給 - 62				I補給 - 81				I補給 - 80				I補給 - 94				I補給 - 24			
	たんぱく質	脂質	1.2	3.8	たんぱく質	脂質	3.1	2.5	たんぱく質	脂質	0.7	1.8	たんぱく質	脂質	1.8	0.1	たんぱく質	脂質	3.3	2.3	たんぱく質	脂質	2.7	2.4	たんぱく質	脂質	0.9	8.4
	塩分		0.1		塩分		0.2		塩分		0		塩分		0.1		塩分		0.5		塩分		0.1		塩分		0	
夕	麦めし 鱈のゴマ照り焼き 白菜のとろとろ煮 小松菜の炒りたらこ和え 清汁(豆腐)				ご飯 豚肉とごぼうの甘辛煮 かぶと油揚げの煮物 もやしと竹輪の大葉和え 味噌汁(さつま芋)				ご飯 メルルーサの照り焼き 炒り鶏 春菊とえのきのゴマ和え かきたま汁				ご飯 鶏肉のネギ味噌焼き れんこん金平 胡瓜とみょうがの酢の物 吉野汁				麦めし そばろ入り卵焼き ふきと切り干し大根の炒め煮 白菜のお浸し 味噌汁(なめこ)				ご飯 鶏肉の中華風照り煮 もやしの中華ソテー 拌三絲 中華スープ(なると)				ご飯 たらのみりん焼き 小松菜とはんぺんの煮浸し かぶの即席漬 清汁(たけのこ)			
	I補給 - 469				I補給 - 514				I補給 - 387				I補給 - 403				I補給 - 400				I補給 - 474				I補給 - 368			
	たんぱく質	脂質	20.9	6.9	たんぱく質	脂質	19.3	18.2	たんぱく質	脂質	21.5	4.8	たんぱく質	脂質	19.6	5.1	たんぱく質	脂質	15.9	7.5	たんぱく質	脂質	23.3	14.9	たんぱく質	脂質	17.4	1.1
	塩分		2.7		塩分		2.7		塩分		2.9		塩分		1.7		塩分		2.2		塩分		3.8		塩分		1.7	

※都合により献立を変更させていただく場合もあります。



# 今週の献立

	12月24日(月)	12月25日(火)	12月26日(水)	12月27日(木)	12月28日(金)	12月29日(土)	12月30日(日)
朝	ご飯 肉じゃが 納豆 漬け物(しば漬け) 牛乳 味噌汁(なす)	ご飯 あじつみれと野菜の煮物 ほうれん草のおかか和え ふりかけ 牛乳 清汁(はんぺん)	ご飯 竹輪と青菜の炒め物 とろろ のり佃煮 牛乳 清汁(なると)	食パン プレーンオムレツ レタスサラダ ジョア コーンスープ	ご飯 ウインナーと野菜の炒め物 小松菜の辛子醤油 ふりかけ 牛乳 清汁(海老ボール)	ご飯 鱈のみぞれ煮 茄子のお浸し ねり梅 牛乳 清汁(かにかま)	ご飯 ウインナーとキャベツの炒め物 胡瓜の梅カツオ ふりかけ 牛乳 清汁(赤小板)
	I補給 - 588	I補給 - 446	I補給 - 445	I補給 - 487	I補給 - 432	I補給 - 512	I補給 - 468
	たんぱく質 脂質 23.2 19.6	たんぱく質 脂質 19.6 11.1	たんぱく質 脂質 16.4 9.2	たんぱく質 脂質 19.8 16.2	たんぱく質 脂質 16.3 12.8	たんぱく質 脂質 25.6 14.1	たんぱく質 脂質 17.3 14.9
	塩分 1.8	塩分 2.5	塩分 2.3	塩分 2.1	塩分 1.8	塩分 2.6	塩分 2.1
昼	ご飯 鱈のねぎポン酢焼き ふきとあさりの生姜煮 茄子の胡麻酢風味 フルーツ けんちん汁	サトウヰッチ タンドリーチキン えびグラタン りんご入りレタスサラダ フルーツポンチ コーンスープ	菜飯 アジフライ 昆布大豆 白菜のレモン醤油 フルーツ かきたま汁	ご飯 焼き豆腐のしぐれ煮 じゃがいもと桜海老の和風炒め 胡瓜の酢の物 フルーツ 豚汁	山菜おろしそば かぶのあさりあんかけ 長芋のわさび酢和え フルーツ	ドライカレー ほうれん草ガーリックソテー ごぼうのゆずマヨ和え フルーツ コンソメスープ(魚肉ソーセージ)	ご飯 鶏肉のマスタード焼き チリコンカン ツナサラダ フルーツ コンソメスープ(チンゲン菜)
	I補給 - 415	I補給 - 739	I補給 - 495	I補給 - 564	I補給 - 416	I補給 - 507	I補給 - 574
	たんぱく質 脂質 18.4 8	たんぱく質 脂質 36.4 29	たんぱく質 脂質 22 11.4	たんぱく質 脂質 19.8 17.8	たんぱく質 脂質 14.6 2.1	たんぱく質 脂質 15.5 14.7	たんぱく質 脂質 23.8 22.5
	塩分 2.5	塩分 3.8	塩分 2.9	塩分 1.9	塩分 3.2	塩分 2.9	塩分 2.9
おやつ	たこ焼き	クリスマスケーキ	黒糖カステラ	手作りあんこパイ	もみじまんじゅう(クリーム)	手作りデザートムース(ぶどう)	人形焼き(くりあん)
	I補給 - 26	I補給 - 101	I補給 - 67	I補給 - 71	I補給 - 70	I補給 - 13	I補給 - 65
	たんぱく質 脂質 1.1 0.7	たんぱく質 脂質 2.4 4.1	たんぱく質 脂質 1.5 0.9	たんぱく質 脂質 1.3 2.8	たんぱく質 脂質 1.6 0.4	たんぱく質 脂質 0.3 0	たんぱく質 脂質 1.5 0.3
	塩分 0.1	塩分 0.1	塩分 0	塩分 0	塩分 0	塩分 0.1	塩分 0
夕	ご飯 もみの木ハンバーグ トマトソー 野菜ソテー パンプキンサラダ コンソメスープ(チンゲン菜)	ご飯 ほきのポン酢焼き 高野豆腐とふきの含煮 春菊のわさび醤油 味噌汁(にら)	ご飯 豚肉の甜麺醤焼き 茄子の中華炒め 中華サラダ 中華スープ(えのきたけ)	麦めし 鮭の和風ムニエル さつま芋と大豆の胡麻がらめ ほうれん草のお浸し 清汁(麩)	ご飯 スパニッシュオムレツ アスパラと海老のソテー イタリアンサラダ コンソメスープ(白菜)	ご飯 八宝菜 ブロッコリーとしめじの旨煮 もやしとハムの酢の物 中華スープ(にら)	麦めし 赤魚の刻み昆布あんかけ レンコンとこんにゃくの炒め物 黒豆 味噌汁(なす)
	I補給 - 531	I補給 - 335	I補給 - 465	I補給 - 455	I補給 - 449	I補給 - 490	I補給 - 473
	たんぱく質 脂質 16.7 18.9	たんぱく質 脂質 19.7 3.5	たんぱく質 脂質 17.4 16.4	たんぱく質 脂質 23.1 6.7	たんぱく質 脂質 17.3 12.3	たんぱく質 脂質 20.5 17	たんぱく質 脂質 23 8.4
	塩分 2.9	塩分 2	塩分 2.1	塩分 2.3	塩分 3	塩分 2.9	塩分 2.4

※都合により献立を変更させていただく場合もあります。