

お献立表

| | メインディッシュ | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 食塩 g | 小鉢 | エネルギー kcal | たんぱく質 g | 脂質 g | 食塩 g |
|-------|-----------------------------------|---------------|------------|---------|---------|-------------------------|---------------|------------|---------|---------|
| 5月18日 | 豚天甘酢あん (小麦, 卵) | 450 | 19.6 | 29.5 | 1 | 〇ごぼうサラダ (卵) | 120 | 1.1 | 9.7 | 0.4 |
| 5月19日 | ホッケみりん焼き (えび, 小麦, 卵) | 484 | 30 | 23.6 | 2.6 | 〇カニ酢の物 (かに, 小麦, 卵) | 34 | 1.6 | 0.1 | 0.9 |
| 5月20日 | 治部煮 (1/3日野菜) (小麦) | 337 | 33.8 | 8.4 | 4 | 〇中華ごま団子 (アレルギーなし) | 181 | 2.1 | 8.1 | 0 |
| 5月21日 | コシヤリ風チキンプレート (小麦, 乳) | 871 | 40.1 | 27.4 | 5.5 | 〇冷奴 (アレルギーなし) | 51 | 4.2 | 2.8 | 0 |
| 5月22日 | カナディアン・メープルチキン (小麦) | 591 | 34.1 | 35.1 | 3 | 〇キャベツベーコンサラダ (卵) | 99 | 1.8 | 8.6 | 0.5 |
| 5月23日 | 鶏と野菜の黒酢あん (1/2日野菜) (小麦) | 445 | 20.3 | 14.2 | 3 | 〇枝豆ひじき煮 (小麦) | 47 | 2.2 | 2.2 | 0.6 |
| 5月24日 | 揚げじゃがのそぼろ煮 (1/3日野菜) (小麦) | 453 | 18.2 | 20.8 | 3.5 | 〇焼きそば (えび, 小麦) | 63 | 3.1 | 3.1 | 0.8 |
| 5月25日 | ごまたま豚丼 (小麦, 卵) | 752 | 31 | 21.7 | 3.1 | 〇冷奴 (アレルギーなし) | 51 | 4.2 | 2.8 | 0 |
| 5月26日 | シーザーチキン竜田 (小麦, 卵, 乳) | 483 | 25.9 | 26.6 | 2.1 | 〇ツナインゲンサラダ (卵) | 112 | 2.9 | 9.7 | 0.4 |
| 5月27日 | さば甘辛煮 (小麦, 卵) | 342 | 28.4 | 18.3 | 3 | 〇キャベツ生姜和え (小麦) | 20 | 1.7 | 0.1 | 0.8 |
| 5月28日 | 野菜たっぷり水餃子 (小麦, 卵, 乳) | 309 | 15 | 15.1 | 2.2 | 〇ウインナー玉葱玉子とじ (小麦, 卵) | 94 | 4.6 | 5.7 | 1.3 |
| 5月29日 | スイス チーズフォンデュプレート (小麦, 卵, 乳) | 810 | 34.6 | 48.3 | 3.8 | 〇冷奴 (アレルギーなし) | 51 | 4.2 | 2.8 | 0 |
| 5月30日 | ひれかつ (小麦, 卵, 乳) | 337 | 15.1 | 14.3 | 2.6 | 〇スパゲティサラダ (小麦, 卵) | 121 | 1.6 | 8.5 | 0.7 |
| 5月31日 | マーボー豆腐 (小麦) | 271 | 19.9 | 13.2 | 4 | 〇千切りちりめん煮 (小麦) | 66 | 2.3 | 2.9 | 0.5 |
| 6月1日 | 鶏とキャベツのレモン塩炒め (1/2日野菜) (小麦, 乳) | 281 | 19.4 | 16 | 2 | 〇きんぴらごぼう (小麦) | 55 | 1.2 | 0.7 | 1 |
| 6月2日 | あさりのかぐろ風うどんと混ぜこみチヨムハ (小麦, 乳) | 687 | 25 | 10.2 | 3.7 | 〇冷奴 (アレルギーなし) | 51 | 4.2 | 2.8 | 0 |
| 6月3日 | ルイジアナ・コンボ (小麦, 卵, 乳) | 866 | 33.1 | 50.4 | 4.1 | 〇ツナブロッコリーサラダ (卵) | 107 | 3.5 | 9.6 | 0.5 |
| 6月4日 | 白身魚のムニエル タルタルソース (小麦, 卵) | 329 | 21.9 | 17.9 | 1.3 | 〇白和え (小麦) | 59 | 3.7 | 2.4 | 0.5 |
| 6月5日 | ガリバタチキン (小麦, 乳) | 372 | 20.6 | 16.8 | 3.8 | 〇春雨ピリ辛煮 (小麦) | 38 | 0.8 | 0 | 0.7 |
| 6月6日 | カツ丼 (小麦, 卵, 乳) | 751 | 26 | 23.8 | 2.8 | 〇冷奴 (アレルギーなし) | 51 | 4.2 | 2.8 | 0 |
| 6月7日 | | | | | | | | | | |
| 6月8日 | | | | | | | | | | |
| 6月9日 | | | | | | | | | | |
| 6月10日 | | | | | | | | | | |
| 6月11日 | | | | | | | | | | |
| 6月12日 | | | | | | | | | | |
| 6月13日 | | | | | | | | | | |
| 6月14日 | | | | | | | | | | |
| 6月15日 | | | | | | | | | | |

材料調達の都合により、お献立表を変更する場合がございます。悪しからずご了承下さい。

※丼・ご飯もののセットのみご飯のカロリーも含んでいます (ご飯 1人180g 302kcal)

※カレーライスのご飯は250g 420kcalです。食堂のお米は国産米を使用いたしております。

※アレルギーは7大アレルギーのみ表示しております。メインディッシュのアレルギー表示は付け合わせ等を含んでおりません。また、同一製造ラインでの微量の混入までは保証されておりませんのでご注意ください。