

週間メニュー表

ふたば未来学園

フスリート

2023年11月06日(月) ~ 2023年11月12日(日)

	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 牛肉の甘辛煮 塩昆布和え 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	チーズバーガー ごはん コンソメスープ グリーンサラダ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	ごはん ロールキャベツのクリームスープ ウインナー オムレツ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 鶏団子と白菜の中華煮 いんげんとツツの和え物 フルーツグラノーラ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	朝カシ チーズサラダ いちごフルーツ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	メロンパン&黒糖ロール ごはん ミネロ-ぬ- チーズオムレツ&ベーコン 温野菜サラダ 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ	ごはん 味噌汁 鶏肉のつくね焼 三玉もち 納豆 温泉卵 牛乳 のり佃煮・ふりかけ
昼食	ごはん 卵スープ スパイシーフライドチキン チーズ入りのポテトサラダ 菜の花の辛子和え マヨネーズ 牛乳 オレオジュース	ごはん 味噌汁 鮭のガーリックバター醤油焼き 和風明太子スパゲティ ブロッコリーのマリネ ブチシュー 牛乳 オレオジュース	五目焼きうどん わさびごはん たこやき 枝豆サラダ フルーツ(りんご・梨) 牛乳 オレオジュース	チキンライナス コンソメスープ スパニッシュオムレツ じゃが芋とウインナー炒め 豆のごま和えサラダ アセロラゼリー 牛乳 オレオジュース	焼き鳥丼 味噌汁 湯豆腐 小松菜のお浸し フルーツ(オレオジュース) 牛乳 オレオジュース	ごはん 味噌汁 白身魚の味噌アヨ焼き 牛肉コロッケ ひるふき大根 フルーツ(鉄入りの) 牛乳 オレオジュース	ソーヌカツ丼 味噌汁 いかとオクラのキムチ和え 切干大根の炒め煮 白桃ヨーグルト 牛乳 オレオジュース
日計	174kcal 1264kcal 7/24.2g 脂質 38.0g 食塩相当量 5.2g 加ゆ 402mg 鉄 3.3mg 食塩相当量 3.7g	174kcal 1206kcal 7/23.7g 脂質 28.5g 食塩相当量 5.2g 加ゆ 415mg 鉄 3.2mg 食塩相当量 5.6g	174kcal 1182kcal 7/23.1g 脂質 35.4g 食塩相当量 11.0g 加ゆ 377mg 鉄 3.5mg 食塩相当量 4.6g	174kcal 1150kcal 7/23.9g 脂質 33.7g 食塩相当量 11.9g 加ゆ 390mg 鉄 4.2mg 食塩相当量 6.0g	174kcal 1081kcal 7/22.1g 脂質 28.6g 食塩相当量 5.6g 加ゆ 561mg 鉄 5.7mg 食塩相当量 4.5g	174kcal 1078kcal 7/23.7g 脂質 38.6g 食塩相当量 7.2g 加ゆ 467mg 鉄 4.8mg 食塩相当量 4.1g	174kcal 1091kcal 7/24.5g 脂質 32.6g 食塩相当量 6.2g 加ゆ 448mg 鉄 5.9mg 食塩相当量 4.7g

※仕入れの状態により、料理・食材が変更になる場合がございます。