



献立表



げつようび	かようび 4日	すいようび 5日	もくようび 6日	きんようび 7日
文化の日 		ごはん あじの蒲焼 (かぼちゃ・人参) 青菜の磯和え にゅうめん	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き (ナポリタン) ブロッコリーのカレー炒め 洋風スープ	ごはん デミグラスソースハンバーグ (コンソメポテト) キャベツのチーズサラダ 洋風スープ
10日	11日	12日	13日	14日
マーボー丼 マカロニサラダ コロッケ 	ごはん 白身フライ (枝豆コーンソテー) 三色ナムル みそ汁	ツナのトマトソーススパゲティ ジャーマンポテト マスカットゼリー	カレー ブロッコリーのおかかチーズ和え 牛乳 	コッペパン グリルチキン(きのこクリームソース) (ブロッコリー) ほうれん草のソテー 洋風スープ
エネルギー 507 kcal タンパク質 13.3 g 脂質 15.1 g 炭水化物 75.7 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 418 kcal タンパク質 11.3 g 脂質 8.5 g 炭水化物 63.0 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 314 kcal タンパク質 9.7 g 脂質 4.7 g 炭水化物 56.9 g 食塩相当量 1.0 g	エネルギー 513 kcal タンパク質 18.0 g 脂質 13.7 g 炭水化物 74.2 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 401 kcal タンパク質 16.2 g 脂質 20.8 g 炭水化物 34.5 g 食塩相当量 1.8 g
17日	18日	19日	20日	21日
ごはん 中華風ローストチキン (ブロッコリー・人参) 春雨サラダ わかめスープ	ごはん 肉じゃが 大根のぼりぼりサラダ みそ汁	ご当地 金魚めし 鶏ちゃん焼き さっぱり和え すまし汁 	ロールパン たらのバターしょうゆ焼き (ブロッコリー・人参) さつまいもサラダ 牛乳	Trick or Treat
エネルギー 412 kcal タンパク質 15.4 g 脂質 11.1 g 炭水化物 63.4 g 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 378 kcal タンパク質 13.5 g 脂質 5.6 g 炭水化物 67.9 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 377 kcal タンパク質 11.0 g 脂質 6.7 g 炭水化物 69.0 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 406 kcal タンパク質 16.6 g 脂質 15.9 g 炭水化物 48.1 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量
振替休日 	25日 ごはん 厚揚げと豚肉の甘辛炒め ポテトサラダ すまし汁	26日 五目うどん 白身磯部フライ フルーツカクテル	27日 コッペパン ポークビーンズ キャベツのマリネ 牛乳	旬の野菜はれんこんです！
エネルギー 405 kcal タンパク質 11.7 g 脂質 10.0 g 炭水化物 66.4 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 325 kcal タンパク質 10.9 g 脂質 9.7 g 炭水化物 46.5 g 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 462 kcal タンパク質 18.0 g 脂質 20.2 g 炭水化物 48.6 g 食塩相当量 2.7 g		
今月のご当地メニューは 岐阜県です！				

仕入れなどの都合によりメニューを変更させていただく場合があります。ご了承ください。