

※魚は骨取りですがまれに骨があることがあります。ご注意ください。

日	曜日	献立名	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	くるみ	栄養価	
											エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)
1	水	しろごはん コーンコロケ やさいにくまき ナムル うずらたまごフライ かまぼこ りんご	●		●						677	18.6
2	木	しろごはん ポークチャンプルー キャベツハムソテー にくだんご 枝豆 ミニケーキ(ベリー味・カフェオレ味)	●	●	●						721	26.7
3	金	しろごはん ピーマンにくづめフライ やきそば コーンソテー チーズ ブロッコリー オレンジ		●	●						689	21.9
6	月	マーラーカオ えびサラダサンド チキンソテー はるまき ちゅうかつナサラダ りんご	●	●	●	●					734	22.4
7	火	わかめごはん さわらさいきょうやき ぎゅうたんメンチ やはたまき シュウマイ れんこんきんぴら ももかん	●	●	●						703	25.1