

週間献立表 7月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2023年7月17日(月)	2023年7月18日(火)	2023年7月19日(水)	2023年7月20日(木)	2023年7月21日(金)	2023年7月22日(土)	2023年7月23日(日)																																																																																																																																																																																																																	
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 豆腐のそぼろあん 卵焼き コーンサラダ 味噌汁 牛乳 [A] エネルギー 838kcal 蛋白質 26.6g 脂質 16.2g 食塩 2g [B] エネルギー 729kcal 蛋白質 29.5g 脂質 2.7g 食塩 3.4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] チキンナゲット ジャーマンポテト 大根サラダ 味噌汁 牛乳 [A] エネルギー 902kcal 蛋白質 24.1g 脂質 20.4g 食塩 2.7g [B] エネルギー 793kcal 蛋白質 27g 脂質 31.2g 食塩 4.1g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] シューマイ 炒めナムル コールスローサラダ 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] エネルギー 859kcal 蛋白質 23.3g 脂質 14.4g 食塩 2.9g [B] エネルギー 750kcal 蛋白質 26.2g 脂質 25.2g 食塩 4.3g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 五目炒め ポテトフライ 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] エネルギー 872kcal 蛋白質 24.1g 脂質 17.8g 食塩 2.5g [B] エネルギー 846kcal 蛋白質 30.1g 脂質 30.1g 食塩 4.3g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 豆腐のあっさり煮 揚げ餃子 ほうれん草ときのこのサラダ 味噌汁 ショア [A] エネルギー 839kcal 蛋白質 24.6g 脂質 12.9g 食塩 3g [B] エネルギー 813kcal 蛋白質 30.6g 脂質 25.2g 食塩 4.8g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ペペロンチーノ 白身魚フライ いんげんサラダ 味噌汁 牛乳 [A] エネルギー 908kcal 蛋白質 25.4g 脂質 17.9g 食塩 2.3g [B] エネルギー 799kcal 蛋白質 28.3g 脂質 28.7g 食塩 3.7g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 春巻き 納豆 白菜の中華煮 味噌汁 牛乳 [A] エネルギー 965kcal 蛋白質 27.8g 脂質 25.3g 食塩 3.5g [B] エネルギー 856kcal 蛋白質 30.7g 脂質 36.1g 食塩 4.9g																																																																																																																																																																																																																	
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
昼食	豚のネギ塩炒め グリーンサラダ ブルーチェ(ぶどう) 卵スープ ごはん エネルギー 815kcal 蛋白質 30.6g 脂質 10.4g 食塩 3.6g	[A] きつねうどん(冷) [B] メンチカツと南瓜コロッケ [共通料理] 五目きんぴら オレンジゼリー 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 836kcal 蛋白質 20.1g 脂質 7.8g 食塩 7.6g [B] エネルギー 739kcal 蛋白質 18.9g 脂質 16.4g 食塩 3.1g	[A] 和風スパゲッティ [B] 八宝菜 [共通料理] ツナサラダ フルーツ杏仁 コンソメスープ ごはん [A] エネルギー 852kcal 蛋白質 23.7g 脂質 13.1g 食塩 2.9g [B] エネルギー 592kcal 蛋白質 27.9g 脂質 6.6g 食塩 2.8g	[A] 麻婆なす丼 [B] 豚肉の甘辛炒め ごはん [共通料理] スナッペンとうサラダ ワッフル 味噌汁 [A] エネルギー 986kcal 蛋白質 24.4g 脂質 30.2g 食塩 3.5g [B] エネルギー 908kcal 蛋白質 33.2g 脂質 17.4g 食塩 3.2g	[A] 冷やし中華 [B] 鯖の塩焼き [共通料理] ブロックリーかにあんかけ パイン缶 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 856kcal 蛋白質 29.7g 脂質 6g 食塩 4.4g [B] エネルギー 675kcal 蛋白質 28g 脂質 17.2g 食塩 2.6g	豚すき丼 梅肉和え 青りんごゼリー 味噌汁 [A] エネルギー 792kcal 蛋白質 27g 脂質 6.8g 食塩 4.9g	肉じゃがコロッケ 茄子とオクラのさっぱり和え フルーツカクテル 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 876kcal 蛋白質 17.3g 脂質 18.6g 食塩 2.3g																																																																																																																																																																																																																	
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
夕食	鶏の天ぷら 里芋のごま風味煮 しらす和え 味噌汁 ごはん エネルギー 1042kcal 蛋白質 36.5g 脂質 30.6g 食塩 2.6g	[A] 豚のチンジャオロース風 [B] サーモンフライ [共通料理] 厚揚げの卵とし ほうれん草の和え物 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 871kcal 蛋白質 36.8g 脂質 15.3g 食塩 4.4g [B] エネルギー 1038kcal 蛋白質 34.5g 脂質 32g 食塩 3.2g	[A] 肉豆腐 [B] 白身魚のマヨネーズ焼き [共通料理] 切干大根の煮付け おかか和え 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 891kcal 蛋白質 34g 脂質 16g 食塩 2.8g [B] エネルギー 828kcal 蛋白質 29.3g 脂質 14.9g 食塩 3.2g	[A] チキンソテートマトソース [B] あじのカレー風味唐揚げ [共通料理] 磯和え ごぼうの焙煎ごまサラダ 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 958kcal 蛋白質 36.1g 脂質 25.1g 食塩 2.8g [B] エネルギー 870kcal 蛋白質 31.8g 脂質 18g 食塩 2.5g	[A] 鶏肉のから揚げ [B] 豚じゃが [共通料理] 卵豆腐 ごま酢和え 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 1042kcal 蛋白質 37.3g 脂質 32.1g 食塩 3g [B] エネルギー 850kcal 蛋白質 28.7g 脂質 8.1g 食塩 2.9g	蒸し鶏のチリソース 冷奴 かに風味和え 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 925kcal 蛋白質 36.5g 脂質 21.2g 食塩 3.2g	豚のみそ焼き 春雨の煮物 春雨の中華和え 味噌汁 ごはん [A] エネルギー 1025kcal 蛋白質 33.7g 脂質 26.6g 食塩 3.1g																																																																																																																																																																																																																	
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●	●						B	●	●	●	●				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
A	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																				

週間献立表 7月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2023年7月24日(月)	2023年7月25日(火)	2023年7月26日(水)	2023年7月27日(木)	2023年7月28日(金)	2023年7月29日(土)	2023年7月30日(日)																																																																																																																																																																																																																		
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ウィンナー じゃが芋のソテー コーンサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 24.7g 脂質 24.9g 食塩 2.5g [B] 177kcal 蛋白質 27.6g 脂質 35.7g 食塩 3.9g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] チャプチェ 温泉卵 大根サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 27.5g 脂質 20.8g 食塩 3g [B] 177kcal 蛋白質 30.4g 脂質 31.6g 食塩 4.4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ミートボールケチャップ煮 さわらの照焼き からし和え 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 29.3g 脂質 15.7g 食塩 3.1g [B] 177kcal 蛋白質 32.2g 脂質 26.5g 食塩 4.5g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 麻婆豆腐 卵焼き 海藻サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 26.9g 脂質 18.7g 食塩 2.4g [B] 177kcal 蛋白質 29.8g 脂質 29.5g 食塩 3.8g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 焼きそば イカリングフライ コールスローサラダ 味噌汁 ジョア [A] 177kcal 蛋白質 25.8g 脂質 10.5g 食塩 3g [B] 177kcal 蛋白質 28.7g 脂質 21.3g 食塩 4.4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ハンバーグ ほうれん草のソテー スパゲティサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 28.2g 脂質 26g 食塩 3.3g [B] 177kcal 蛋白質 31.1g 脂質 36.8g 食塩 4.7g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] きんぴらごぼう 納豆 オクラのおかか和え 味噌汁 牛乳 [A] 177kcal 蛋白質 26.3g 脂質 15g 食塩 3.2g [B] 177kcal 蛋白質 29.2g 脂質 25.8g 食塩 4.6g																																																																																																																																																																																																																		
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●					
	アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
	A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
昼食	[A] 木の葉丼 [B] 豚しゃぶ明太子風味 ごはん [共通料理] なめ茸和え フルーチェ(みかん) 味噌汁 [A] 177kcal 蛋白質 27.2g 脂質 13.9g 食塩 4.1g [B] 177kcal 蛋白質 28.3g 脂質 15.1g 食塩 2.8g	[A] 牛すじカレー [B] たらの香味ソース ごはん [共通料理] カリフラワーサラダ ストロベリーゼリー 味噌汁 [A] 177kcal 蛋白質 25.1g 脂質 24.7g 食塩 4.5g [B] 177kcal 蛋白質 28g 脂質 11.5g 食塩 2.3g	[A] ちくわ磯天うどん(冷) [B] 煮込みハンバーグ [共通料理] アスパラサラダ ワッフル 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 24.9g 脂質 10g 食塩 7.7g [B] 177kcal 蛋白質 23.1g 脂質 15g 食塩 4.2g	[A] 塩ラーメン [B] ヒレカツ [共通料理] グリーンサラダ オレンジゼリー 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 26.6g 脂質 6.6g 食塩 4.9g [B] 177kcal 蛋白質 20.4g 脂質 17.7g 食塩 2.6g	[A] 焼肉丼 [B] 白身魚フライ ごはん [共通料理] 中華和え プリン 味噌汁 [A] 177kcal 蛋白質 25.9g 脂質 16.4g 食塩 4.8g [B] 177kcal 蛋白質 22g 脂質 21.3g 食塩 2.6g	鶏肉の唐揚げソース 小松菜の煮浸し パイン缶 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 33.6g 脂質 28.5g 食塩 3.1g	中華丼 ツナサラダ パイン缶 ヨーグルト(ぶどう) [A] 177kcal 蛋白質 29.2g 脂質 7.5g 食塩 1.4g																																																																																																																																																																																																																		
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●					
	アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
	A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
夕食	[A] 鶏の南蛮漬け [B] 鯖の味噌煮 [共通料理] 大学芋 菜種和え 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 36.1g 脂質 41.8g 食塩 3.1g [B] 177kcal 蛋白質 34g 脂質 30.6g 食塩 3.3g	[A] 豚肉のご焼き [B] あじの唐揚げ [共通料理] もやしとニラのナムル マカロニサラダ わかめスープ ごはん [A] 177kcal 蛋白質 35.9g 脂質 31.7g 食塩 3.8g [B] 177kcal 蛋白質 31.4g 脂質 27g 食塩 2.9g	[A] 鶏の和風おろしソース [B] 白身魚の味噌だれ [共通料理] ごま和え かぼちゃサラダ 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 34.8g 脂質 34.9g 食塩 3.4g [B] 177kcal 蛋白質 29.8g 脂質 15.3g 食塩 4.5g	[A] 豚肉の味噌炒め [B] かれいのマヨネーズ焼き [共通料理] 焼売 錦糸和え 中華スープ ごはん [A] 177kcal 蛋白質 31.5g 脂質 17.4g 食塩 4.4g [B] 177kcal 蛋白質 32.4g 脂質 18.5g 食塩 3.2g	[A] ダッカルビ [B] さばの煮付け [共通料理] 筍炒め煮 ちりめんおろし 卵スープ ごはん [A] 177kcal 蛋白質 36.4g 脂質 23.4g 食塩 3.7g [B] 177kcal 蛋白質 32.7g 脂質 18.3g 食塩 3.2g	豚肉と蓮根の甘辛炒め うの花炒り煮 春雨の酢の物 味噌汁 ごはん [A] 177kcal 蛋白質 28g 脂質 11g 食塩 4.1g	チキンチャップ じゃが芋の粒マスタード和え はりはりサラダ コンソメスープ ごはん [A] 177kcal 蛋白質 34.4g 脂質 28.6g 食塩 3.4g																																																																																																																																																																																																																		
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td></td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A		●	●	●						B		●	●	●					
	アレルギー																																																																																																																																																																																																																								
	A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																				
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
アレルギー																																																																																																																																																																																																																									
A		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					
B		●	●	●																																																																																																																																																																																																																					

週間献立表

日付	2023年7月31日(月)																																									
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ナポリタンスパゲティ 茹で卵 コーンサラダ 味噌汁 牛乳 [A] I補給 - 907kcal 蛋白質 28g 脂質 17.7g 食塩 2.2g [B] I補給 - 798kcal 蛋白質 30.9g 脂質 28.5g 食塩 3.6g																																									
	アレルギー																																									
	A																																									
昼食	[A] チキンカレー [B] さばの照焼き ごはん [共通料理] ゆかり和え 青りんごゼリー 味噌汁 [A] I補給 - 932kcal 蛋白質 22.8g 脂質 20.6g 食塩 4.7g [B] I補給 - 860kcal 蛋白質 28.6g 脂質 17.5g 食塩 2.6g																																									
	アレルギー																																									
	A																																									
夕食	[A] 豚肉の生姜炒め [B] サーモンフライ [共通料理] 南瓜の煮物 ポン酢あえ 味噌汁 ごはん [A] I補給 - 824kcal 蛋白質 31.7g 脂質 8.8g 食塩 2.9g [B] I補給 - 1014kcal 蛋白質 28.7g 脂質 25.9g 食塩 2.7g																																									
	アレルギー																																									
	A																																									