

令和元年

8月22日～28日



献立表

LEOC食堂

		22日	木	23日	金	24日	土	25日	日	26日	月	27日	火	28日	水
朝食	A					スライスパン				スライスパン				スライスパン	
						コーンフレーク				玄米フレーク				チョコフレーク	
	AB	笹かまの磯辺揚げ	ミートボールサラダ	オムレツサラダ	鮭の塩焼	ハッシュドポテト	ビーフソテー	アンサンブルエッグ							
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳							
	B	卵とじ	蓮根金平			野菜の味噌炒め						納豆			
		味噌汁	味噌汁			味噌汁						味噌汁			
	A	Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	
	B	Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	
昼食		かた焼きそば	肉飯	カキアゲころ	カレーライス	若布ご飯	お茶漬	サラダうどん							
		南瓜挽肉フライ	北海扇フライ	多菜包子	千キンナゲット	けんちん汁	ササミ梅シソフライ	チーズコロッケ							
		生野菜	和風サラダ	大学芋	温野菜	鯖の白醤油漬	フロッキーのサッパリ和え	もやしと若布の和え物							
		ヤクルト	かきたま汁			小松菜和え物									
		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	
夕食		白身魚の天ぷらチリソースかけ	ドリア	照焼丼	すき焼風煮	豚味噌漬焼	ロコモコ丼	焼肉丼							
		豆腐の煮物	エビカツ	冷奴	牛肉入りコロッケ	茄子の炒め物	ヒヨコ豆のサラダ	春雨酢の物							
		味噌汁	カリカリベーコンサラダ	マカロニサラダ	サラダ	卵豆腐	オニオンスープ	味噌汁							
			コンソメスープ	味噌汁	吸い物	味噌汁							杏仁豆腐		
		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal		Kcal	

* 仕入れの都合により献立を変更することがあります。 * 朝食のA食栄養価表示にはパン2枚(90g)・マーガリン(8g)・ジャム2個(31)

* 栄養価表示にはご飯220gが含まれています。(エネルギー356Kcal) * 昼食の麺類栄養価表示にはご飯は含まれていません。

* 休暇中は人数の関係で献立の変更があります。