

令和2年

8月30日～9月5日



# 献立表

LEOC食堂

30日		日	31日	月	9/1日	火	2日	水	3日	木	4日	金	5日	土
朝食	味噌汁		スライスパン		味噌汁		スライスパン		味噌汁		スライスパン		味噌汁	
	フランクフルトサラダ		コーンフロスト		ビーフソテー		チョコフレーク		鯖の味噌煮		コーンフレーク		炒り卵	
	キャベツと竹輪の炒め物		ポテトベーコンソテー		納豆		マカロニケチャップ炒め		蓮根金平		ハッシュドポテト		一口ガンモ煮付	
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
	655 Kcal		728 Kcal		698 Kcal		784 Kcal		662 Kcal		717 Kcal		689 Kcal	
昼食	焼肉丼		チャーハン		スープスパゲティ		冷し担々麺		散らし寿司		ガパオ風ライス		シメジとシタスのクリームパスタ	
	野菜ミックスサラダ		三角春巻		焼肉カルビ風メンチ		揚げギョーザ		ササミ梅シノ揚		目玉焼		豆腐サラダ	
			スープ		キャベツと水菜のサラダ		キャベツと大根のサラダ		吸い物		生野菜		ヤクルト	
											スープ			
	683 Kcal		703 Kcal		752 Kcal		649 Kcal		694 Kcal		728 Kcal		702 Kcal	
夕食	カレーライス		カレイピリカラアンカケ		鶏肉のホイル焼		受験生応援メニュー		ドリア		サーモン香草パン粉焼		油淋鶏	
	カニクリームコロッケ		回鍋肉		ニンニク醤油炒め		天丼		メンチカツ		鶏肉と野菜のケチャップ炒め		厚揚げと野菜の煮物	
	温野菜		卵スープ		大学芋		五目煮		リーフサラダ		味噌汁		中華スープ	
	ヨーグルト				味噌汁		吸い物、なし		オニオンスープ					
	992 Kcal		1098 Kcal		989 Kcal		1018 Kcal		995 Kcal		977 Kcal		1033 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(30g)

\* 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。