

Weekly Menu



日 曜日	4月21日 (月)	4月22日 (火)	4月23日 (水)	4月24日 (木)	4月25日 (金)	4月26日 (土)	4月27日 (日)
朝食				サラダバイキング	フレークとヨーグルト		
	つくね 人参と玉子の炒め 牛乳・小魚	ウィンナー(2本) キャベツ・ツナコーン炒め 牛乳・小魚	ローストチキン ハムと野菜のカレー炒め 野菜ジュース・小魚	照焼き肉団子 いんげんときのお浸し 牛乳・小魚	大葉包みアジフライ 切干とごぼうのマヨぼんだれ 牛乳・小魚	菓子パン  牛乳	菓子パン  牛乳
	A ご飯・ふりかけ じゃが芋と玉葱の味噌汁	A ご飯・ふりかけ わかめと玉葱の味噌汁	A ご飯・ふりかけ 豆腐とわかめの味噌汁	A ご飯・ふりかけ 大根と油揚げの味噌汁	A ご飯・ふりかけ ほうれん草と人参の味噌汁		
	B ロールパン・ジャム パンプキンスープ	B ロールパン・ジャム クリームスープ	B ロールパン・ジャム ポテトと人参のスープ	B ロールパン・ジャム 野菜スープ	B ロールパン・ジャム コンソメスープ		
A食	E 996 P 41.6 F 24.6 C 155.7 S 4.5 kcal g g g g	E 987 P 43.4 F 27.7 C 146.8 S 3.5 kcal g g g g	E 1,084 P 57.6 F 23.3 C 162.2 S 6.2 kcal g g g g	E 941 P 39.0 F 21.7 C 150.9 S 4.2 kcal g g g g	E 1,125 P 40.1 F 39.1 C 159.5 S 2.4 kcal g g g g	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g
B食	E 1,104 P 39.8 F 29.5 C 169.9 S 6.2 kcal g g g g	E 1,085 P 40.4 F 31.3 C 161.4 S 6.0 kcal g g g g	E 1,109 P 50.4 F 23.4 C 172.6 S 8.5 kcal g g g g	E 977 P 33.8 F 22.6 C 159.6 S 6.1 kcal g g g g	E 1,334 P 44.1 F 46.3 C 189.3 S 6.0 kcal g g g g	E 1,334 P 44.1 F 46.3 C 189.3 S 6.0 kcal g g g g	E 1,334 P 44.1 F 46.3 C 189.3 S 6.0 kcal g g g g
昼食	チキンソテー 黒胡椒ソース ブロッコリーとコーンの 辛子マヨネーズ キャベツと玉葱のスープ ご飯	醤油ラーメン 揚げ餃子 おにぎり(おかか)	味噌とんかつ 白菜のお浸し 巻麩とワカメのすまし汁 ご飯	ブルコギボーク丼 ブロッコリーのナムル ヤクルト	ケイジャンチキン 蓮根と玉葱のマヨ和え 中華コーンスープ ご飯	白身魚のフリット ジンジャーソース カラフルサラダ コンソメジュリアン ご飯	葱チャーシュー炒飯 厚揚げと人参の中華炒め煮 肉団子スープ
	E 999 P 39.8 F 35.8 C 134.3 S 3.6 kcal g g g g	E 835 P 33.2 F 22.8 C 120.1 S 8.4 kcal g g g g	E 1,132 P 32.2 F 35.2 C 176.5 S 5.1 kcal g g g g	E 956 P 50.2 F 15.5 C 158.0 S 1.5 kcal g g g g	E 1,021 P 42.1 F 30.8 C 151.2 S 3.4 kcal g g g g	E 787 P 26.3 F 10.3 C 149.7 S 3.7 kcal g g g g	E 901 P 29.5 F 23.9 C 145.1 S 5.9 kcal g g g g
夕食	豚肉と野菜の オイスターソース炒め ポテトのそぼろあん わかめと玉ねぎの中華スープ ご飯	チキン南蛮 海藻のわさび和え サムゲタン風スープ わかめひじきご飯	キーマカレー 豚肉と野菜のビーフン フルーチェ イチゴ	【勝ち飯】豚ロース肉の カボナータソースセット シュークリーム	牛すじと大根の煮込み おくらとえのきのお浸し 豚汁 わかめご飯	煮込みハンバーグ キャベツと人参の辛子醤油 じゃが芋と玉葱の味噌汁 ご飯	鶏肉とキャベツのガリパタ炒め フライドポテト 春雨スープ ご飯
	E 1,054 P 44.4 F 31.2 C 155.1 S 4.8 kcal g g g g	E 1,291 P 51.5 F 49.7 C 163.2 S 6.6 kcal g g g g	E 1,072 P 52.7 F 24.4 C 165.2 S 3.9 kcal g g g g	E 1,510 P 53.7 F 59.9 C 190.6 S 3.6 kcal g g g g	E 831 P 42.8 F 8.9 C 154.8 S 7.4 kcal g g g g	E 935 P 32.0 F 16.7 C 169.1 S 5.9 kcal g g g g	E 925 P 34.8 F 22.8 C 150.2 S 4.4 kcal g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。