

Weekly Menu



日曜日	4月27日 (月)					4月28日 (火)					4月29日 (水)					4月30日 (木)					5月1日 (金)					5月2日 (土)					5月3日 (日)				
朝食 モーニング	和食 いかフライ ツナとコーンのスパゲティサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ブレントムレット ツナとコーンのスパゲティ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					和食 レンコンサラダ ハム ご飯・味噌汁 洋食 豚野菜炒め ハム パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 肉団子の照り焼き ほうれん草と人参のソテー ご飯・味噌汁 洋食 ウィンナー ほうれん草と人参のソテー パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					和食 だし巻き玉子 ポテトの磯辺揚げ ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン ポテトの磯辺揚げ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 きんぴらごぼう チーズチキンカツ ご飯・味噌汁 洋食 ウィンナーと野菜のソテー チーズチキンカツ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					パン メンチカツ マカロニサラダ ご飯・味噌汁 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					パン 白身魚フライ ツナキャベツ ご飯・味噌汁 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース				
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
和食	864kcal	22.7g	23.8g	144.2g	2.7g	719kcal	18.8g	14.1g	134.4g	2.3g	737kcal	20.6g	13.4g	138.0g	2.7g	792kcal	22.2g	17.5g	141.0g	2.6g	703kcal	18.3g	7.6g	144.5g	2.7g	883kcal	20.2g	25.8g	147.2g	2.6g	751kcal	20.5g	17.0g	133.7g	2.5g
昼食 ランチ	A 豚肉ときのこのボン酢炒め B インド風タンドリーチキン 選べる小鉢(2種類より1つ) もやしときくらげの和風和え 五目豆 ご飯・汁物					A 熱盛肉うどん B フライドポテト(4月イベント) ご飯・汁物					A ヒレカツ B かぼちゃのカレー煮 ご飯・汁物					A ポークカレー B キャベツのゆず和え 汁物・デザート					A ミートソース B 茄子の生姜醤油 ご飯・汁物					A 豆腐ハンバーグ B ポテトとアボカドの辛子マヨネーズ和え ご飯・汁物					A 鶏の西京みそ焼き B プリン ご飯・汁物				
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
A定食	695kcal	21.4g	11.9g	131.2g	3.2g	930kcal	26.4g	15.0g	171.4g	4.7g	794kcal	21.8g	12.8g	152.2g	4.3g	834kcal	16.5g	16.3g	162.2g	4.6g	849kcal	20.7g	13.5g	165.4g	3.8g	1019kcal	22.6g	36.5g	153.9g	5.5g	960kcal	39.1g	27.3g	142.1g	3.6g
夕食 ディナー	A 肉団子のデミトマ煮 B ポークソテー おろしソース 選べる小鉢(2種類より1つ) きんぴらごぼう ポークソテー おろしソース A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 白身魚のマヨネーズチーズ焼き B 目玉焼きフライとデミグラスコロッケ 選べる小鉢(2種類より1つ) そぼろ肉じゃが にらともやしの辛子醤油 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ヤンニョムチキン B 豚と卵の塩麹炒め 選べる小鉢(2種類より1つ) こんにゃくと野菜の煮物 ブロッコリーの青煮 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 豚の生姜焼き B アジの竜田揚げ 香味ソース 選べる小鉢(2種類より1つ) 小松菜とコーンの煮浸し 白菜と人参のピリ辛和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 牛肉の五目炊き合わせ B きのこあんかけ豆腐 選べる小鉢(2種類より1つ) きのこと人参のピクルス ご飯・汁物					A 油淋鶏 野菜の五色ソース B 蓮根と人参のピクルス 選べる小鉢(2種類より1つ) 青梗菜の煮浸し ご飯・汁物					A チキンクリームシチュー B 青梗菜の煮浸し 選べる小鉢(2種類より1つ) ご飯・汁物				
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
A定食	862kcal	21.7g	19.8g	153.2g	4.4g	886kcal	28.1g	30.4g	129.6g	3.6g	856kcal	31.2g	18.4g	145.4g	5.0g	859kcal	25.0g	25.6g	138.2g	5.2g	925kcal	32.7g	27.5g	142.2g	10.9g	875kcal	23.2g	22.7g	149.6g	5.1g	846kcal	24.8g	18.5g	150.3g	5.3g

*表示価格は税込です。*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

*朝食は、牛乳を選択した場合の栄養価を表示しております。*昼食・夕食は選べる小鉢2種の平均の栄養価にて、栄養価を算出しております。