

Weekly Menu

		2022/4/4 (月)	2022/4/5 (火)	2022/4/6 (水)	2022/4/7 (木)	2022/4/8 (金)	2022/4/9 (土)	2022/4/10 (日)																									
朝食  朝食				和食 とうふハンバーグ ほうれん草スクランブル ご飯・味噌汁 洋食 照焼きチキン ほうれん草スクランブル パン・スープ 和・洋共通メニュー リンゴジュース	和食 温泉玉子 肉野菜炒め ご飯・味噌汁 洋食 チキンナゲット 肉野菜炒め パン・スープ 和・洋共通メニュー マスカットジュース	和食 厚揚げと高菜の炒め スパゲティサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ハッシュポテト スパゲティサラダ パン・スープ 和・洋共通メニュー リンゴジュース	和食 肉団子 ミックススクランブル ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン ミックススクランブル パン・スープ 和・洋共通メニュー ジョア	和食 鶏五目豆 目玉焼き ご飯・味噌汁 洋食 ハム 目玉焼き パン・スープ 和・洋共通メニュー ヨーグルツペ																									
	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										
	和食			794kcal	16.9g	19.8g	140.7g	2.8g	737kcal	20.6g	12.5g	140.6g	2.5g	710kcal	16.8g	10.0g	146.0g	3.1g	680kcal	26.2g	24.7g	129.1g	138.2g	665kcal	17.1g	4.6g	142.5g	2.5g					
				A	親子丼 	A	キーマカレー 	A	味噌ラーメン 	A	照焼きハンバーグ	A	セサミチキンソテー 																				
昼食  昼食				かぼちゃのそぼろあん	ミックスサラダ	切干とごぼうのマヨぼんだれ	れんこんのカレーマヨ和え	ワカメとやしのごま塩和え																									
	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										
	A定食			1166kcal	33.9g	16.0g	224.8g	4.7g	657kcal	13.3g	18.9g	113.4g	4.1g	926kcal	24.9g	33.2g	139.2g	9.2g	790kcal	20.4g	19.2g	137.6g	3.3g	913kcal	33.5g	38.3g	112.9g	32.5g					
				A	汁物	A	デザート・汁物	A	炒飯	A	ご飯・汁物	A	ご飯・汁物																				
夕食  夕食				A ビックメンチカツ	A 麻婆茄子	A 鶏のからあげ 	A きんぴら牛焼肉 	A チキンのデミマヤわらか煮 	A 牛肉甘辛煮 																								
	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										
	A定食			879kcal	19.6g	39.1g	114.7g	3.0g	834kcal	16.4g	27.0g	135.9g	4.0g	869kcal	33.6g	25.9g	130.0g	3.7g	744kcal	18.6g	21.6g	124.4g	2.6g	918kcal	33.6g	28.9g	134.8g	3.9g	835kcal	21.4g	26.4g	135.9g	5.7g
				B 鯖の味噌煮 	B 鶏肉の蒲焼 	B 卵と野菜のビーフン炒め	B ポークソテー 和風ソース 	B とんかつ 	B カニクリームコロッケ 																								
				選べる小鉢(2種より1つ) ポテトフライ ミニお好み焼き	選べる小鉢(2種より1つ) コンニャクごぼう 春雨の中華和え	選べる小鉢(2種より1つ) ひじきと大豆の煮物 ブロッコリーのごま和え	選べる小鉢(2種より1つ) ほうれん草とコーンのソテー 叩ききゅうりのゴマ塩和え	選べる小鉢(2種より1つ) ヤンニョム風炒め マカロニサラダ	選べる小鉢(2種より1つ) ほうれん草のお浸し アスパラのベベロンチーノ風炒め																								
				A・B共通メニュー ご飯・汁物	A・B共通メニュー ご飯・汁物	A・B共通メニュー ご飯・汁物	A・B共通メニュー ご飯・汁物	A・B共通メニュー ご飯・汁物	A・B共通メニュー ご飯・汁物																								

* 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。