



		2021/4/19 (月)					2021/4/20 (火)					2021/4/21 (水)					2021/4/22 (木)					2021/4/23 (金)					2021/4/24 (土)					2021/4/25 (日)								
朝食	和食	鯖の塩焼き ウインナー ご飯・味噌汁					和食 厚揚げと高菜の炒め 目玉焼き ご飯・味噌汁					和食 だし巻き卵 豆腐ハンバーグ ご飯・味噌汁					和食 納豆 照焼き肉団子 ご飯・味噌汁					和食 筑前煮 スクランブルエッグ ご飯・味噌汁					和食 温泉卵 肉野菜炒め ご飯・味噌汁					和食 厚揚げとキャバツの味噌炒め 鶏つくね ご飯・味噌汁								
	洋食	コーンスクランブル ウインナー パン・スープ					洋食 ハム 目玉焼き パン・スープ					洋食 ポテトと鮭のホクホク和え 豆腐ハンバーグ パン・スープ					洋食 エッグサラダ 照焼き肉団子 パン・スープ					洋食 チキンソテー スクランブルエッグ パン・スープ					洋食 ツナサラダ 肉野菜炒め パン・スープ					洋食 オムレツ 鶏つくね パン・スープ								
	和・洋共通メニュー	オレンジジュース					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー ヨーグルツバ					和・洋共通メニュー コーヒー牛乳					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー リンゴジュース								
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	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	764kcal	28.4g	20.2g	114.3g	3.3g	662kcal	19.1g	14.0g	114.0g	3.1g	686kcal	21.1g	16.5g	111.8g	2.7g	706kcal	20.4g	9.0g	131.7g	2.5g	763kcal	26.9g	19.9g	117.7g	3.0g	654kcal	26.1g	16.5g	107.0g	96.0g	759kcal	16.6g	15.7g	133.0g	3.3g					
洋食	569kcal	22.6g	25.9g	61.8g	3.5g	401kcal	18.4g	14.6g	52.4g		529kcal	23.3g	20.9g	67.9g	4.3g	598kcal	19.2g	26.4g	70.0g	3.1g	581kcal	28.4g	28.9g	52.4g	2.9g	635kcal	28.6g	31.7g	65.4g	3.7g	514kcal	15.2g	16.3g	75.4g	3.5g					
昼食	キャバツメンチカツ					いわしの青海苔フライとコロケ					グリルチキン ベーコンオニオンソース					ポークカレー					きつねうどん					鶏すき煮豆腐					鯖の七味焼き									
	ブロッコリーのおかか和え					五目豆					ほうれん草のお浸し					ミックスサラダ					枝豆のツナマヨ和え					ワカメともやしのごま塩和え					チキンカツ									
	ご飯・汁物					ご飯・汁物					ご飯・汁物					デザート・汁物					ご飯					ご飯・汁物					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	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	704kcal	24kcal	15kcal	116kcal	5.0g	886kcal	24.8g	28.1g	131.2g	3.7g	860kcal	37.3g	29.2g	111.3g	4.5g	730kcal	18.6g	20.0g	120.3g	4.2g	808kcal	22.4g	13.6g	145.7g	4.2g	829kcal	36.6g	25.3g	111.3g	5.2g	812kcal	28.0g	31.7g	103.9g	2.8g					
夕食	A 豚肉の生姜焼き					A 豚肉の味噌焼き					A 油淋鶏					A 青椒肉絲					A 鶏肉の葱塩焼き					A 鱈のパン粉焼き チーズ風味					A きんぴら焼肉									
	B タンダーチキン					B スコッチエッグと焼売					B 牛丼					B 肉じゃが					B 酢豚					B メンチカツ					B 鶏の照り焼き									
	選べる小鉢(2種より1つ) さつま揚げとぜんまいの炒め煮 人参とちりめんじゃこのきんぴら					選べる小鉢(2種より1つ) もずく酢 大根の梅和え					選べる小鉢(2種より1つ) インゲンの胡麻和え ごぼうサラダ					選べる小鉢(2種より1つ) ブロッコリーのガーリック炒め 春雨サラダ					選べる小鉢(2種より1つ) 里芋の彩りあんかけ 粉ふきいも					選べる小鉢(2種より1つ) 竹輪とキャバツの味噌マヨ和え 小松菜のなめ茸和え					選べる小鉢(2種より1つ) かぼちゃの煮物 ひじきと白滝の煮付け									
	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														
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	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	696kcal	25kcal	17kcal	107kcal	3.8g	771kcal	32.0g	23.6g	105.0g	5.4g	958kcal	38.2g	38.4g	113.4g	5.1g	872kcal	33.0g	29.1g	119.3g	5.3g	774kcal	32.6g	24.6g	104.3g	2.8g	577kcal	28.0g	7.4g	98.4g	2.9g	756kcal	27.0g	19.3g	118.1g	3.5g					
B定食	776kcal	34kcal	26kcal	101kcal	3.2g	863kcal	25.5g	28.1g	123.5g	3.7g	1269kcal	29.2g	36.5g	202.7g	5.3g	786kcal	25.8g	20.7g	125.6g	4.5g	906kcal	26.1g	23.9g	145.7g	4.1g	865kcal	18.5g	32.3g	121.8g	5.0g	808kcal	34.5g	25.0g	107.3g	4.1g					

* 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。