

Weekly Menu

		2022/5/23 (月)					2022/5/24 (火)					2022/5/25 (水)					2022/5/26 (木)					2022/5/27 (金)					2022/5/28 (土)					2022/5/29 (日)				
朝食	和食	きんぴられんこん オムレツ ご飯・味噌汁					サバの塩焼き フライドポテト ご飯・味噌汁					鶏つくね マカロニサラダ ご飯・味噌汁					鶏五目豆 チキンナゲット ご飯・味噌汁					納豆 きんぴらごぼう ご飯・味噌汁					だし巻き卵 ブロッコリーの塩昆布和え ご飯・味噌汁					さばの一口立揚げ ポテトサラダ ご飯・味噌汁				
	洋食	スパゲティサラダ オムレツ パン・スープ					ミニハンバーグ フライドポテト パン・スープ					ミックススクランブル マカロニサラダ パン・スープ					野菜炒め チキンナゲット パン・スープ					ミートオムレツ きんぴらごぼう パン・スープ					ベーコン ブロッコリーの塩昆布和え パン・スープ					ウインナー ポテトサラダ パン・スープ				
	和・洋共通メニュー	リンゴジュース					ジョア					ヨーグルツバ					マスカットジュース					牛乳					リンゴジュース					ヨーグルツバ				
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	
和食	620kcal	12.1g	13.2g	118.2g	2.8g	585kcal	16.9g	9.8g	107.9g	2.1g	661kcal	15.8g	13.2g	121.8g	2.8g	614kcal	15.6g	9.6g	121.7g	2.6g	605kcal	19.0g	14.8g	102.7g	2.2g	506kcal	13.5g	6.3g	114.4g	46.2g	687kcal	22.9g	16.2g	113.7g	2.8g	
昼食	A	チキンカツとチーズ芋もちフライ					明太子クリームソーススパゲティ					牛丼					キーマカレー					肉うどん					チキンソテー おろしソース					ササミそ巻きフライと白身魚フライ				
	B	水餃子の五目あん 選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)				
	和食	カリフラワーのピクルスゆず風味 切干大根					大根とツナのマヨサラダ					キャベツともやしの中華和え					ミックスサラダ					白菜の柚子和え					ジャーマンポテト					こんにゃくと蓮根のきんぴら				
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	
A定食	823kcal	11.1g	21.7g	50.4g	3.5g	915kcal	27.3g	21.1g	153.3g	4.1g	670kcal	18.3g	24.6g	97.4g	3.2g	741kcal	17.8g	22.5g	122.4g	3.8g	799kcal	24.0g	10.8g	150.6g	5.0g	814kcal	35.1g	29.1g	105.1g	4.6g	579kcal	22.2g	4.4g	114.7g	4.1g	
夕食	A	ちくぜん煮					チキンソテー 粒マスタードソース					肉じゃが					チキン南蛮					鶏の西京みそ焼き					青椒肉絲					カニクリームコロッケ				
	B	ポークソテーともやしのねぎソース 選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)					選べる小鉢(2種より1つ)				
	和食	竹輪とキャベツの味噌マヨ和え オクラの梅おかか和え					白菜の塩昆布和え 竹輪の磯辺揚げ					里芋の揚げ出し きゅうりのわさび醤油					胡瓜とカリフラワーの梅ごま和え 白滝ときのこのピリ辛炒め					かぼちゃのそぼろあん パンバンジー					揚げ茄子のナムル インゲントコーンのマヨソース					オクラの冷奴 さつま芋とピーズのマヨサラダ				
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	
A定食	624kcal	18kcal	14kcal	112kcal	4.7g	751kcal	33.9g	23.9g	101.3g	3.5g	689kcal	16.1g	17.7g	119.8g	5.7g	923kcal	29.9g	45.6g	100.5g	4.9g	758kcal	36.5g	25.2g	98.6g	3.3g	696kcal	20.9g	22.8g	104.0g	2.0g	959kcal	16.4g	45.0g	123.5g	3.4g	

* 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。