



		2021/5/10 (月)					2021/5/11 (火)					2021/5/12 (水)					2021/5/13 (木)					2021/5/14 (金)					2021/5/15 (土)					2021/5/16 (日)								
朝食	和食	鯖の塩焼き 目玉焼き ご飯・味噌汁					和食 納豆 肉野菜炒め ご飯・味噌汁					和食 だし巻き卵 ウインナー ご飯・味噌汁					和食 さつま揚げ 肉団子甘酢たれ ご飯・味噌汁					和食 温泉卵 きのこ挽肉のソテーバター風味 ご飯・味噌汁					和食 納豆 スクランブルエッグ ご飯・味噌汁					和食 筑前煮 ウインナーと野菜のソテー ご飯・味噌汁								
	洋食	キャベツとコーンの炒め 目玉焼き パン・スープ					洋食 オムレツ 肉野菜炒め パン・スープ					洋食 豆腐ハンバーグ ウインナー パン・スープ					洋食 ポテトと鮭のホクホク和え 肉団子甘酢たれ パン・スープ					洋食 ツナサラダ きのこ挽肉のソテーバター風味 パン・スープ					洋食 チリコンカン スクランブルエッグ パン・スープ					洋食 ベーコンポテトバーグ ウインナーと野菜のソテー パン・スープ								
	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 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 リンゴジュース					和・洋共通メニュー コーヒー牛乳					和・洋共通メニュー 牛乳								
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	667kcal	28.2g	17.9g	105.4g	3.0g	679kcal	22.4g	12.0g	126.0g	1.8g	676kcal	20.5g	14.6g	118.0g	2.7g	696kcal	26.0g	15.5g	119.8g	3.5g	694kcal	19.8g	17.6g	118.5g	3.1g	633kcal	21.9g	18.7g	110.1g	113.1g	741kcal	22.0g	24.7g	114.9g	3.2g					
洋食	455kcal	19.0g	18.4g	57.8g	3.3g	488kcal	17.7g	15.5g	70.5g		632kcal	23.6g	20.5g	88.4g	4.7g	583kcal	21.8g	22.4g	77.7g	3.4g	558kcal	17.8g	27.3g	62.1g	2.8g	668kcal	26.7g	24.1g	86.5g	4.0g	576kcal	21.5g	30.7g	57.3g	3.5g					
昼食	きやべつメンチカツ					麻婆豆腐					大判唐揚げ					カレー					味噌ラーメン					豚焼肉					白身魚のマヨネーズ焼き									
	小松菜と鶏肉のチヂャン和え					大学芋					枝豆のツナマヨ和え					チキンカツ					揚げ餃子					ポテトサラダ					春巻									
	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	855kcal	25kcal	29kcal	129kcal	4.5g	881kcal	27.4g	25.0g	145.6g	5.9g	915kcal	26.5g	42.1g	112.5g	3.6g	905kcal	19.1g	34.0g	137.8g	6.7g	1375kcal	39.7g	46.2g	210.0g	12.1g	769kcal	28.9g	24.3g	115.1g	4.2g	870kcal	22.5g	36.5g	117.0g	3.8g					
夕食	A 白身魚のチーズグリル					A 若鶏の西京みそ焼き					A 牛南蛮焼き					A 鶏の照り焼き					A 和風おろしハンバーグ					A 回鍋肉					A メンチカツ									
	B ロールキャベツ ホウイソース					B 豚こら玉					B 鯖の味噌煮					B 青椒肉絲					B バジルチキンソテー					B 鶏肉の塩麹焼き					B 酢豚									
	選べる小鉢(2種より1つ) ほうれん草とベーコンのソテー ポテトの醤油バター風味					選べる小鉢(2種より1つ) インゲンの胡麻和え 鯖の一口竜田揚げ					選べる小鉢(2種より1つ) そぼろ肉じゃが コロツケ					選べる小鉢(2種より1つ) 切干大根 里芋の煮物					選べる小鉢(2種より1つ) オニオンフライ タイ風春雨サラダ					選べる小鉢(2種より1つ) 茄子の煮浸し きんぴらごぼう					選べる小鉢(2種より1つ) かぼちゃの煮物 なめ茸オクラ									
	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	687kcal	26kcal	19kcal	109kcal	3.1g	943kcal	48.7g	36.7g	109.8g	4.0g	860kcal	22.0g	35.4g	120.8g	4.5g	944kcal	37.5g	36.1g	122.1g	6.8g	809kcal	22.8g	24.6g	128.5g	6.3g	796kcal	29.5g	25.0g	120.0g	6.5g	830kcal	18.4g	29.2g	127.6g	5.1g					
B定食	758kcal	22kcal	17kcal	137kcal	3.3g	899kcal	38.3g	37.1g	105.1g	5.1g	934kcal	27.6g	35.3g	132.7g	3.3g	765kcal	29.5g	16.0g	132.0g	8.0g	927kcal	31.5g	39.6g	117.1g	3.5g	760kcal	33.8g	26.1g	103.0g	3.0g	864kcal	24.3g	23.5g	143.8g	4.2g					

* 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。