

Weekly Menu



日曜日	5月19日 (月)	5月20日 (火)	5月21日 (水)	5月22日 (木)	5月23日 (金)	5月24日 (土)	5月25日 (日)
朝食	和食 高野豆腐の卵とじ ウィンナー(2本) ご飯・味噌汁 洋食 ほうれん草とベーコンのソテー ウィンナー(2本) パン・スープ	和食 鶏肉団子の甘酢あん スパゲティーサラダ ご飯・味噌汁 洋食 チーズチキンカツ スパゲティーサラダ パン・スープ	和食 白身魚フライ ハム ご飯・味噌汁 洋食 ほうれん草スクランブル ハム パン・スープ	和食 アジフライ 明太子スパゲッティ ご飯・味噌汁 洋食 ミートオムレツ 明太子スパゲッティ パン・スープ	和食 肉入りコロッケ ツナとブロッコリーのマカロニサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン ツナとブロッコリーのマカロニサラダ パン・スープ	和食 温泉玉子 ジャーマンポテト ご飯・味噌汁 洋食 メンチカツ ジャーマンポテト パン・スープ	和食 サバの塩焼き ごぼうの中華サラダ ご飯・味噌汁 洋食 ビーマン肉詰めフライ ごぼうの中華サラダ パン・スープ
	モーニング	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	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
和食	818kcal 27.0g 21.7g 132.7g 3.4g	843kcal 21.3g 21.7g 144.4g 3.2g	709kcal 20.4g 12.1g 133.6g 2.4g	839kcal 24.7g 16.3g 152.7g 2.6g	778kcal 18.6g 11.8g 153.4g 2.5g	746kcal 22.4g 16.3g 134.4g 2.8g	787kcal 21.1g 20.2g 133.3g 2.8g
昼食	A ピックメンチカツ	A ワンタン麺	A 和風おろしハンバーグ丼	A ハヤシライス	A 豚ねぎうどん	A チキンソテー ガーリック醤油風味	A 豚肉の甘辛炒め
	B 鶏肉のマヨ味噌焼き						
	選べる小鉢(2種より1つ) あんかけ豆腐 春野菜のレモンマリネ	おくらのピリ辛和え	ひじきと白滝の煮付け	ミックスサラダ	白菜とツナのポン酢和え	そら豆とポテトのマヨ和え	チョコレープ
	ご飯・汁物	炒飯	汁物	汁物・デザート	混ぜご飯	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
A定食	1080kcal 25.5g 39.2g 160.0g 3.4g	881kcal 27.8g 20.4g 145.4g 8.2g	751kcal 22.6g 11.6g 144.3g 4.7g	827kcal 16.4g 18.0g 155.0g 5.1g	801kcal 24.0g 10.8g 151.4g 5.2g	926kcal 35.7g 28.8g 134.5g 3.4g	801kcal 22.1g 16.8g 141.1g 4.1g
夕食	A 鶏の塩唐揚げ 抹茶風味	A 揚げ餃子の野菜甘酢あんかけ	A 鶏肉のだし汁おろし漬け 柚子胡椒風味	A チキンソテー 和風きのこソース	A 【勝ち飯】カラフル回鍋肉	A 鶏すき煮	A カツオカツとコロッケ
	B チキンクリームシチュー	B 鶏むね肉の漬け焼き	B 牛肉のオイスターソース炒め	B 豚肉の味噌バター炒め ちゃんちゃん焼き風	B とんかつ おろしほん酢	B フーチャンプル	
	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 きゅうりともやしのピリ辛和え	選べる小鉢(2種より1つ) パンネのペペロンチーノ キャベツのお浸し	選べる小鉢(2種より1つ) 大根とベーコンの洋風きんぴら 里芋の彩りあんかけ	選べる小鉢(2種より1つ) じゃがいものカレー炒め ブロッコリーのおかか和え	蒸し鶏とほうれん草のマヨ和え	選べる小鉢(2種より1つ) キャベツとハムのコンソメソテー 白菜とツナのマヨ和え	選べる小鉢(2種より1つ) 栗かぼちゃの含め煮 蓮根と玉葱のマヨ和え
	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	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
A定食	947kcal 32.0g 25.5g 149.1g 4.0g	918kcal 19.1g 23.1g 163.3g 4.4g	896kcal 33.1g 24.1g 141.0g 4.9g	850kcal 35.4g 23.0g 130.3g 3.6g	917kcal 28.8g 29.8g 140.5g 3.8g	800kcal 27.1g 16.6g 140.2g 6.1g	872kcal 17.2g 23.4g 152.5g 3.2g

*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。