



Weekly Menu



日曜日	5月26日 (月)					5月27日 (火)					5月28日 (水)					5月29日 (木)					5月30日 (金)					5月31日 (土)					6月1日 (日)									
朝食	和食 納豆 ベーコン ご飯・味噌汁 洋食 コーンスクランブルエッグ ベーコン パン・スープ					和食 サーモンマヨカツ ポテトサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ウインナー ポテトサラダ パン・スープ					和食 だし巻き玉子 ほうれん草と人参のソテー ご飯・味噌汁 洋食 メンチカツ ほうれん草と人参のソテー パン・スープ					和食 春巻 ウインナーと野菜のソテー ご飯・味噌汁 洋食 フレンチオムレツ ウインナーと野菜のソテー パン・スープ					和食 いわし磯辺フライ ハムとブロッコリーのマヨソース ご飯・味噌汁 洋食 ハンバーグ ハムとブロッコリーのマヨソース パン・スープ					和食 エッグサラダ フライドチキン ご飯・味噌汁 洋食 ハム野菜炒め フライドチキン パン・スープ					和食 チーズチキンカツ いんげんと白滝の柚子しょうゆ ご飯・味噌汁 洋食 ハム いんげんと白滝の柚子しょうゆ パン・スープ									
	モーニング	牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					ジョア					牛乳					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	759kcal	24.1g	20.5g	133.5g	2.4g	791kcal	18.4g	18.8g	141.4g	2.5g	699kcal	19.7g	12.5g	131.8g	2.4g	770kcal	18.6g	18.8g	136.4g	2.4g	734kcal	20.5g	11.8g	139.8g	2.4g	938kcal	26.9g	34.2g	134.3g	2.9g	772kcal	19.7g	17.8g	138.0g	2.7g					
昼食	A 揚げ餃子のチリソース					A 親子丼					A ミートソーススパゲティ					A ポークカレー					A 鶏南蛮うどん					A ハンバーグシチュー					A ササミそ巻きフライと白身魚フライ									
	B インド風タンドリーチキン 選べる小鉢(2種より1つ)					B ハムとひじきの中華サラダ					B 茄子のゆず醤油					B パプリカと大根のピクルス					B ビーンズサラダ					B フライドポテト					B ポテトとアボカドの辛子マヨ和え					B プリン				
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	858kcal	20.1g	15.4g	163.9g	4.7g	931kcal	30.6g	26.9g	143.8g	5.2g	843kcal	18.2g	17.0g	153.6g	4.3g	864kcal	21.4g	21.8g	153.1g	5.0g	927kcal	27.2g	16.7g	165.6g	5.6g	775kcal	18.3g	18.1g	140.1g	4.2g	858kcal	23.2g	19.5g	151.0g	2.9g					
夕食	A 肉団子と根菜の黒酢あん					A 肉じゃが					A 麻婆豆腐					A 鶏のからあげ					A 味噌とんかつ					A 豚肉と卵の塩麹炒め					A メンチカツ粒マスタードソース									
	B ポークソテーBBQソース 選べる小鉢(2種より1つ)					B アジフライ タルタルソース 選べる小鉢(2種より1つ)					B 鶏肉のヤンニンソースがけ(韓国) 選べる小鉢(2種より1つ)					B 豚肉と野菜のビーフン 選べる小鉢(2種より1つ)					B 豚肉ときのこのボン酢炒め 選べる小鉢(2種より1つ)					B ピーマン肉詰めフライ&野菜コロッケ 選べる小鉢(2種より1つ)					B 白身魚のグリルジンジャーソース 選べる小鉢(2種より1つ)									
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	902kcal	19.7g	15.8g	174.9g	5.0g	780kcal	19.8g	12.2g	153.7g	4.7g	882kcal	29.6g	21.9g	146.3g	6.9g	905kcal	33.6g	26.7g	137.2g	3.2g	981kcal	19.9g	33.7g	154.1g	3.7g	903kcal	22.2g	31.7g	137.4g	5.5g	1012kcal	21.6g	36.2g	153.9g	3.7g					

*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。