



		2021/5/3 (月)					2021/5/4 (火)					2021/5/5 (水)					2021/5/6 (木)					2021/5/7 (金)					2021/5/8 (土)					2021/5/9 (日)								
朝食	和食	さつま揚げ 目玉焼き ご飯・味噌汁					和食 鯖の塩焼き コーンスランブル 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 肉団子甘酢たれ ご飯・味噌汁					和食 温泉卵 ウインナーとマカロニコーンソーテー ご飯・味噌汁					和食 ししゃも 豆腐ハンバーグ ご飯・味噌汁					和食 筑前煮 ウインナー ご飯・味噌汁								
	洋食	ベーコンポテトバーグ 目玉焼き パン・スープ					洋食 ハム コーンスランブル 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 肉団子甘酢たれ パン・スープ					洋食 エッグサラダ ウインナーとマカロニコーンソーテー パン・スープ					洋食 スクランブルエッグ 豆腐ハンバーグ パン・スープ					洋食 ジャーマンポテト ウインナー パン・スープ								
	和・洋共通メニュー	リンゴジュース					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー ヨーグルツペ					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー オレンジジュース					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	597kcal	16.8g	4.1g	126.9g	2.8g	775kcal	34.0g	27.5g	105.3g	3.3g	679kcal	22.6g	12.0g	125.6g	1.9g	665kcal	22.1g	15.3g	115.2g	2.8g	810kcal	26.3g	19.7g	135.0g	3.2g	613kcal	19.3g	10.4g	116.4g	93.4g	704kcal	24.5g	21.0g	110.3g	3.3g					
洋食	422kcal	13.2g	10.2g	69.4g	2.3g	500kcal	24.6g	25.0g	47.6g		695kcal	25.3g	25.8g	91.4g	3.8g	497kcal	20.5g	19.6g	62.3g	3.6g	730kcal	24.8g	34.0g	81.7g	3.6g	685kcal	27.7g	24.5g	98.6g	4.2g	565kcal	21.1g	29.1g	57.2g	3.4g					
昼食	とんかつ					ポークチャップ					チキン南蛮					ハヤシライス					きつねうどん					キムチ豆腐炒め					サーモンフライとピーマン肉詰めフライ									
	ほうれん草ツナ和え					アスパラの胡麻和え					竹の子おかか煮					コールスローサラダ					竹輪の磯辺揚げ					チキンカツ					五目豆									
	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	777kcal	23kcal	25kcal	120kcal	3.4g	737kcal	29.3g	21.3g	110.8g	3.2g	1060kcal	41.2g	51.0g	114.2g	4.1g	793kcal	17.6g	25.3g	129.2g	5.4g	789kcal	22.6g	7.2g	157.1g	4.4g	722kcal	28.5g	21.0g	112.9g	5.1g	809kcal	23.5g	24.4g	127.8g	3.7g					
夕食	A 牛肉のしぐれ煮					A 白身魚のマスタードピカタ					A 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め					A 鶏肉のマスタード焼き					A 白身魚のコーンマヨ焼き					A 鶏肉の甘酢あんかけ					A 八宝菜									
	B 厚揚げと挽き肉の中華炒め					B 鶏肉と野菜のうま煮					B 厚揚げの五目野菜あんかけ					B 豚ロースのうま辛味噌焼き					B 豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ風					B 豚肉の生姜焼き					B 鶏もも肉のこがし味噌焼き									
	選べる小鉢(2種より1つ) 豆たつぷりヘルシーサラダ 竹輪と人参のきんぴら					選べる小鉢(2種より1つ) ごぼうのポテトサラダ カリフラワーのじゃこ梅びたし					選べる小鉢(2種より1つ) カレーコロッケ 大学芋					選べる小鉢(2種より1つ) 菜の花の辛子和え さつま揚げとぜんまいの炒め煮					選べる小鉢(2種より1つ) かぼちゃのそぼろあん イカとザーサイの中華和え					選べる小鉢(2種より1つ) じゃがいものカレー炒め きのこ人参の炒め					選べる小鉢(2種より1つ) パンキンサラダ きんぴられんこん									
	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	798kcal	24kcal	31kcal	113kcal	2.9g	654kcal	28.2g	15.5g	105.2g	3.8g	820kcal	27.4g	24.5g	129.7g	3.9g	745kcal	35.0g	25.6g	98.1g	3.5g	776kcal	27.2g	22.1g	121.0g	4.3g	882kcal	28.8g	26.4g	139.1g	4.0g	776kcal	30.3g	23.4g	117.4g	5.4g					
B定食	771kcal	26kcal	21kcal	124kcal	5.0g	844kcal	34.3g	33.5g	108.5g	3.8g	813kcal	23.5g	23.9g	131.5g	4.5g	703kcal	30.1g	21.3g	101.3g	3.5g	721kcal	31.5g	21.9g	103.8g	2.9g	698kcal	27.5g	18.6g	111.4g	4.0g	840kcal	37.3g	29.0g	111.8g	6.4g					

\* 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。