

Weekly Menu



日曜日	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)	5月8日 (木)	5月9日 (金)	5月10日 (土)	5月11日 (日)
朝食 モーニング	和食 肉入りコロッケ ほうれん草とマカロニのクリーム煮 ご飯・味噌汁 パン	和食 ポテトサラダ メンチカツ ご飯・味噌汁 パン	和食 照焼き肉団子 スパゲティサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ウィンナー(2本) スパゲティサラダ パン・スープ	和食 サハの塩焼き 白菜とチャーシューの炒め ご飯・味噌汁 洋食 トマトスクランブル 白菜とチャーシューの炒め パン・スープ	和食 根菜鶏つくねハンバーグ ほうれん草とかぼちゃのソテー ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン ほうれん草とかぼちゃのソテー パン・スープ	和食 だし巻き玉子 にんじんのたらこ炒め ご飯・味噌汁 洋食 ハム にんじんのたらこ炒め パン・スープ	和食 和風マカロニサラダ かぼちゃのコロッケ ご飯・味噌汁 洋食 ブロッコリーのナムル かぼちゃのコロッケ パン・スープ
	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
和食	838kcal 20.4g 17.6g 154.9g 2.8g	858kcal 20.5g 23.9g 144.8g 2.7g	817kcal 20.8g 18.9g 144.4g 3.3g	768kcal 20.9g 19.5g 130.6g 2.7g	752kcal 22.1g 12.7g 142.0g 2.9g	719kcal 21.0g 13.1g 134.7g 2.5g	962kcal 20.9g 27.4g 163.0g 2.6g
昼食 ランチ	A 鶏肉きんぴら	A ポーク焼肉と目玉焼きフライ	A とんこつラーメン	A ビーフカレー	A 大判きつねうどん	A チキンの衣揚げソース デミマヨ	A 豚肉の南蛮焼き
	B 3種の豆とポテトの辛子マヨ和え	B ひじきと切干大根のきんぴら	B 春巻	B キャベツサラダ	B 胡瓜とカリフラワーの梅和え	B ポテトといんげんのサラダ	B カップヨーグルト
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	837kcal 26.0g 18.0g 144.8g 3.7g	876kcal 24.7g 26.3g 139.3g 3.7g	878kcal 29.2g 23.9g 133.8g 10.5g	907kcal 14.9g 17.7g 177.6g 5.3g	744kcal 19.2g 8.6g 146.1g 5.9g	1075kcal 36.7g 38.1g 150.6g 3.9g	870kcal 28.0g 22.3g 142.4g 4.2g
夕食 ディナー	A 【こどもの日】ハンバーグプレート	A 鶏の唐揚げ 青のり風味	A 豚肉と野菜のオイスターソース炒め	A 鶏天	A 揚げ餃子と焼売	A かつ煮	A グリルチキン サルサソース
	B 白身魚のムニエル	B チキンカツの和風おろしあん	B 肉豆腐	B 1/2日分の野菜と茹で豚のあんかけ	B 鶏むね肉の葱おろしだれ	B アジフライ	
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	962kcal 29.4g 30.1g 148.0g 4.8g	833kcal 28.1g 23.2g 131.8g 2.6g	733kcal 22.0g 14.4g 134.5g 3.8g	884kcal 33.1g 24.9g 135.7g 4.8g	786kcal 19.7g 15.5g 145.6g 3.5g	1000kcal 29.0g 24.9g 167.2g 6.0g	963kcal 35.8g 24.9g 152.8g 4.4g

*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。

*朝食は、牛乳を選択した場合の栄養価を表示しておりま *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。