



日曜日	6月2日 (月)					6月3日 (火)					6月4日 (水)					6月5日 (木)					6月6日 (金)					6月7日 (土)					6月8日 (日)				
朝食 モーニング																																			
	和食 アジフライ 大根の明太和え ご飯・味噌汁 洋食 野菜のスクランブルエッグ 大根の明太和え パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 肉団子の旨煮 ブロッコリーのガーリック炒め ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン ブロッコリーのガーリック炒め パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 焼売 マカロニサラダ ご飯・味噌汁 洋食 野菜コロッケ マカロニサラダ パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 イカカツ ほうれん草と人参のソテー ご飯・味噌汁 洋食 餃子 ほうれん草と人参のソテー パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 ししゃも スパゲティーサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ピーマン肉詰めフライ スパゲティーサラダ パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 温泉玉子 ハム ご飯・味噌汁 洋食 ポテトサラダ ハム パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)					和食 納豆 キャベツのおかか和え ご飯・味噌汁 洋食 ミートオムレツ キャベツのおかか和え パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ)				
	牛乳 リンゴジュース					牛乳 マスカットジュース					牛乳 リンゴジュース					牛乳 マスカットジュース					牛乳 ジョア リンゴジュース					牛乳 マスカットジュース					牛乳 リンゴジュース				
	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
和食	756kcal	21.7g	16.1g	136.6g	2.3g	800kcal	21.6g	18.6g	141.5g	4.0g	804kcal	19.3g	20.1g	141.0g	2.7g	756kcal	20.2g	15.0g	140.2g	2.5g	741kcal	19.7g	12.2g	140.0g	2.7g	729kcal	24.5g	14.2g	129.2g	2.9g	731kcal	23.1g	13.0g	136.6g	2.2g
昼食 ランチ																																			
	A 鶏の照り焼き					A 鶏南蛮風天丼					A ベーコンとほうれん草の和 スパゲティ					A ビーフカレー					A 肉みそ茄子うどん					A 豚肉の生姜焼き					A 鶏もも肉の竜田揚げ				
	B いわし梅フライ&デミグラスコ ロッケ 選べる小鉢(2種類より1つ)																																		
	ポテトの磯辺風味 油揚げと大根の煮付け ご飯・汁物					人参のナムル 汁物					オレンジ ご飯・汁物					ミックスサラダ 汁物・デザート					菜の花みぞれ和え 混ぜご飯					もやしのピリ辛和え ご飯・汁物					選べるデザート 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	836kcal	33.5g	21.4g	131.8g	3.7g	1213kcal	33.7g	51.7g	152.5g	3.5g	851kcal	21.7g	19.9g	157.4g	4.0g	910kcal	15.9g	18.1g	176.6g	4.8g	829kcal	21.5g	11.7g	159.4g	6.6g	791kcal	25.6g	18.7g	136.0g	4.0g	809kcal	18.3g	18.3g	145.3g	1.7g
夕食 ディナー																																			
	A チキンの香味揚げ					A 夏野菜の四川風炒め					A 豚ロース味噌焼き					A 鶏肉のパン粉焼き カレー風味					A 豚野菜巻きフライ&玉子サラダ フライ					A チキンカツ					A ソーセージのカツと目玉焼き フライ				
	B 麻婆茄子 選べる小鉢(2種類より1つ)					B 鶏肉のチーズピカタ 選べる小鉢(2種類より1つ)					B たらざんぎ					B 肉じゃが 選べる小鉢(2種類より1つ)					B チキンのデミトマやわらか煮 選べる小鉢(2種類より1つ)					B 茹で豚とブロッコリーのねぎ ソース 選べる小鉢(2種類より1つ)					B 白身魚と豆腐の水炊き ほん 酢添え 選べる小鉢(2種類より1つ)				
	豚肉とシメジの炒め煮 ピーマンの三色マリネ A・B共通メニュー ご飯・汁物					切干大根の炒め煮 キャベツのお浸し A・B共通メニュー ご飯・汁物					焼き野菜のマヨソース オクラの梅おかか和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					わかめのツナ炒め れんこんポテトサラダ A・B共通メニュー ご飯・汁物					さつま芋のきんぴらバター風 味 もやしの赤じそ和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					焼きうどん 冷奴 A・B共通メニュー ご飯・汁物					じゃが芋とえんどうのコンソ メ煮 大根の梅和え 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	885kcal	30.5g	22.6g	144.0g	3.9g	972kcal	25.4g	36.6g	140.3g	4.2g	849kcal	30.2g	23.2g	131.2g	4.8g	932kcal	36.4g	25.9g	141.5g	2.8g	890kcal	22.2g	23.4g	150.4g	3.7g	879kcal	24.8g	19.4g	154.3g	4.3g	807kcal	20.6g	17.9g	144.0g	3.0g

*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。