



Weekly Menu



日曜日	6月8日 (月)					6月9日 (火)					6月10日 (水)					6月11日 (木)					6月12日 (金)					6月13日 (土)					6月14日 (日)					
朝食 モーニング	和食 きんぴられんこん 照り焼きハンバーグ ご飯・味噌汁 ポテトといんげんのサラダ 照り焼きハンバーグ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					和食 鶏肉団子の甘酢あん ポテトの甘辛炒め ご飯・味噌汁 洋食 肉入りコロック ポテトの甘辛炒め パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 うの花 ベーコンフライ ご飯・味噌汁 洋食 ツノカレーのメソマソ ベーコンフライ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					和食 さつま揚げと人参のきんぴら イカカツ ご飯・味噌汁 洋食 きのこのスクランブルエッグ イカカツ パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 ひじきと蒸し鶏のわさびマヨ和え ウィンナー ご飯・味噌汁 洋食 フライドポテト ウィンナー パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) ジョア ピーチジュース					和食 温泉玉子 竹輪とわかめの和風マヨ和え ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン 竹輪とわかめの和風マヨ和え パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 納豆 小松菜としらすのお浸し ご飯・味噌汁 洋食 ミートオムレツ 小松菜としらすのお浸し パン・スープ 選べる飲料(2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					
	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	食塩相当量
	和食	759kcal	22.4g	15.8g	135.4g	4.0g	839kcal	22.3g	20.4g	144.6g	2.8g	888kcal	21.7g	31.0g	134.4g	3.0g	713kcal	21.4g	9.4g	137.6g	2.4g	739kcal	23.4g	15.4g	127.9g	3.0g	766kcal	25.8g	20.1g	124.5g	3.1g	717kcal	24.4g	13.6g	128.3g	2.6g
昼食 ランチ	A シューマイのピリ辛野菜あんかけ B チキンソテー 和風きのこソース 選べる小鉢(2種より1つ) 厚揚げの柳川風 竹輪の味噌だれ ご飯・汁物					A 【メキシコ】メキシカンタコス B 中華丼 青梗菜ともやしのナムル 汁物					A ビーフカレー B 揚げ茄子の葱ソース 汁物					A もやしあんかけとんこつラーメン B 餃子 汁物・デザート					A 鶏肉とこんにゃくのピリ辛炒め B 大根とベーコンの洋風きんぴら 炒飯					A 豚のピリ辛甘味噌炒め B 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	914kcal	25.2g	17.2g	165.3g	7.1g	842kcal	26.8g	24.0g	131.9g	4.4g	800kcal	19.4g	21.9g	133.8g	5.1g	962kcal	19.7g	28.7g	160.7g	4.8g	976kcal	29.5g	24.9g	155.9g	11.3g	895kcal	29.8g	26.5g	137.6g	4.8g	981kcal	30.1g	35.4g	141.0g	4.6g
夕食 ディナー	A とんかつ おろしほん酢 B 鶏肉と野菜の卵炒め 選べる小鉢(2種より1つ) きんぴらごぼう 白菜と玉葱の和風和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 鶏もも肉の衣揚げ 薬味ソース B ちくぜん煮 選べる小鉢(2種より1つ) 大豆の甘辛絡め 大根とツナのおかか和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A アジフライ&イワシ青のりフライタルタル B 豚の粗挽きペッパー焼き 選べる小鉢(2種より1つ) 花野菜のコンソメ煮 きゅうりの生姜醤油 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ポークチャップ B 牛肉とニラのガーリック炒め 選べる小鉢(2種より1つ) ひじきと切干大根のきんぴら おくら納豆 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ポテト麻婆 B 鶏の唐揚げオーロラソース 選べる小鉢(2種より1つ) カレー焼きうどん いんげんの和風マスタード和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 鯖のキムチマヨ焼き B 豚肉とズッキーニの塩炒め 選べる小鉢(2種より1つ) 青梗菜と油揚げの炒め キャベツとオクラの塩昆布和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 梅しそ竜田揚げ&かぼちゃコロック B 厚揚げと挽肉の中辛炒め 選べる小鉢(2種より1つ) ミックスピーンズのマリネ 胡瓜とカリフラワーの梅和え 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	865kcal	21.6g	22.3g	147.6g	5.2g	1351kcal	35.3g	66.9g	155.5g	4.0g	977kcal	29.2g	34.5g	140.5g	4.6g	839kcal	32.2g	22.8g	126.3g	3.7g	805kcal	22.0g	12.5g	155.5g	5.5g	1049kcal	29.4g	52.1g	120.2g	4.1g	1025kcal	20.4g	44.1g	140.2g	2.6g

*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。