



日曜日	6月9日 (月)					6月10日 (火)					6月11日 (水)					6月12日 (木)					6月13日 (金)					6月14日 (土)					6月15日 (日)									
朝食 モーニング																																								
	和食 海藻と大根の梅サラダ チキンナゲット ご飯・味噌汁 洋食 ペンネナポリタン チキンナゲット 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 ウィンナー ジャーマンポテト ご飯・味噌汁 洋食 プレーンオムレツ ジャーマンポテト 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					和食 鶏肉団子の甘酢あん 和風マカロニサラダ ご飯・味噌汁 洋食 メンチカツ 和風マカロニサラダ 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 いわし磯辺フライ わかめのツナ炒め ご飯・味噌汁 洋食 きのこのスクランブルエッグ わかめのツナ炒め 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					和食 ポテトサラダ フライドチキン ご飯・味噌汁 洋食 ノロツゴソーのカルーメコ フライドチキン パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ) ジョア マスカットジュース					和食 肉入りコロッケ 和風スパゲッティー ご飯・味噌汁 洋食 ベーコン 和風スパゲッティー 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					和食 温泉玉子 ウインナーと野菜のソテー ご飯・味噌汁 洋食 春巻 ウインナーと野菜のソテー 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									
	栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価									
	和食					和食					和食					和食					和食					和食					和食									
732kcal					859kcal					927kcal					770kcal					785kcal					878kcal					780kcal										
21.4g					24.1g					22.7g					21.2g					20.0g					21.5g					23.3g										
13.1g					25.7g					25.0g					17.8g					15.4g					18.0g					19.7g										
137.4g					139.0g					156.3g					135.7g					145.2g					162.7g					130.8g										
3.0g					3.0g					3.4g					2.3g					2.6g					3.0g					2.9g										
昼食 ランチ	A 鶏もものレモンペッパーグリル					A わかめとんこつラーメン					A 中華丼					A チキンカレー					A ベーコンと枝豆のレモンクリームパスタ					A 豆腐ハンバーグ 和風きのこあん					A 豚肉の粗挽きペッパー焼き									
	B 豚肉の南蛮焼き										O																													
	選べる小鉢(2種より1つ) コーンポテト 厚揚げと野菜の生姜煮					焼売の磯辺揚げ					選べる小鉢(2種より1つ) もやしとハムの豆板醤和え					わかめサラダ					マンゴー					花野菜のコンソメ煮					チーズババロアシュークリーム									
	O																																							
	ご飯・汁物					炒飯					汁物					汁物・デザート					ご飯・汁物					ご飯・汁物					ご飯・汁物									
	栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価				
A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					
852kcal					928kcal					1005kcal					783kcal					905kcal					748kcal					848kcal										
33.5g					30.3g					22.9g					17.2g					23.8g					18.6g					27.7g										
25.0g					27.0g					12.9g					16.5g					21.5g					12.1g					24.8g										
127.1g					139.0g					206.8g					148.1g					163.9g					145.9g					134.2g										
3.5g					9.7g					4.9g					4.9g					3.2g					3.9g					3.3g										
夕食 ディナー	A ポークソテー オニオンソース					A 【入梅】いわし天&鶏天 梅ソース					A 揚げ餃子の南蛮ソース					A 鶏もも肉のみぞろがけ					A 鶏肉のソテー 柚子胡椒ソース					A チキンカツデミタマトソース					A とんかつ									
	B 鯖の生姜煮					B ちくぜん煮					B ポークチャップ					B 豚キムチ炒め					B 鶏肉と玉子の甘辛煮					B 豚肉と揚げごぼうのサラダ仕立て					B 肉団子と春雨のスープ煮									
	選べる小鉢(2種より1つ) 根菜のグリル 春の3種の豆のシーザー和え					選べる小鉢(2種より1つ) カレー焼きうどん 茄子のみぞれ和え					選べる小鉢(2種より1つ) ひじきと大豆の煮物 キャベツとチャーシューの中華和え					選べる小鉢(2種より1つ) 栗かぼちゃの含め煮 小松菜の香味浸し					選べる小鉢(2種より1つ) にらともやしのチャンプルー ピリ辛こんにゃく					選べる小鉢(2種より1つ) レンコンと厚揚げの炒め煮 青菜と白菜のぼん酢がけ					選べる小鉢(2種より1つ) 白滝ときのこのピリ辛炒め 切干大根の青じそ和え									
	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					A・B共通メニュー ご飯・汁物									
	栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価				
	A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食					A定食				
879kcal					1117kcal					955kcal					853kcal					903kcal					773kcal					845kcal										
27.1g					28.5g					19.2g					31.8g					34.9g					19.2g					19.3g										
20.1g					46.3g					30.5g					18.5g					22.8g					15.0g					21.2g										
149.9g					148.0g					155.1g					141.7g					143.2g					144.3g					149.0g										
4.5g					4.1g					5.1g					4.9g					4.4g					3.2g					3.2g										

*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。