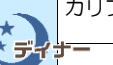




日曜日	7月13日 (月)					7月14日 (火)					7月15日 (水)					7月16日 (木)					7月17日 (金)					7月18日 (土)					7月19日 (日)				
朝食 																																			
	和食 和風スクランブル ハム ご飯・味噌汁 洋食 じゃが芋の甘辛炒め ハム パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ) 牛乳 マスカットジュース					和食 人参とチリメンジャコのきんぴら フライドチキン ご飯・味噌汁 洋食 ツナ入りマカロニサラダ フライドチキン パン・スープ 選べる飲料 (2種類より1つ) 牛乳 ピーチジュース					和食 冷やしだし茶漬け うの花 ご飯・味噌汁 洋食 餃子 うの花 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 イカカツ スパゲティーサラダ ご飯・味噌汁 洋食 目玉焼き 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) 牛乳 ピーチジュース					和食 青梗菜のゆず醤油 コーンフライ ご飯・味噌汁 洋食 蒸し鶏とごぼうのマヨ和え コーンフライ 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 温泉玉子 ポテトの醤油バター風味 ご飯・味噌汁 洋食 ウィンナー ポテトの醤油バター風味 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 納豆 ブロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ ご飯・味噌汁 洋食 ハンバーグ ブロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ 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				
	7/13					7/14					7/15					7/16					7/17					7/18					7/19				
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	764kcal	23.5g	20.5g	124.7g	2.4g	773kcal	25.0g	18.4g	131.1g	2.5g	778kcal	25.9g	14.2g	138.4g	7.6g	770kcal	20.8g	14.6g	139.9g	2.5g	826kcal	18.2g	20.3g	143.7g	2.9g	871kcal	25.5g	29.0g	130.3g	2.4g	775kcal	25.0g	19.3g	130.0g	2.2g
昼食 																																			
	A 豚の生姜焼き  B 白身魚の竜田揚げ レモンおろし醤油 選べる小鉢 (2種類より1つ) 厚揚げの柳川風 春雨ともやしの炒め物 ご飯・汁物					A カルボナーラ  B チンゲン菜の中華和え ご飯・汁物					A 親子丼  B 若竹煮 汁物					A チキンカレー  B キャベツサラダ 汁物・デザート					A 冷やし豚甘辛炒めうどん  B おくらとえのきのお浸し 混ぜご飯					A 豚と筍の玉子炒め  B ブロッコリーとパプリカのナムル ご飯・汁物					A 照り焼チキン  B 選べるデザート 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				
	7/13					7/14					7/15					7/16					7/17					7/18					7/19				
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	850kcal	30.2g	22.3g	134.9g	4.7g	1036kcal	25.7g	37.6g	153.7g	4.0g	807kcal	31.5g	17.9g	132.1g	5.6g	800kcal	19.3g	16.5g	146.8g	4.3g	896kcal	24.8g	20.8g	153.5g	5.6g	952kcal	32.0g	37.4g	125.6g	3.7g	840kcal	33.8g	20.3g	132.7g	4.1g
夕食 																																			
	A 鶏肉のパン粉焼き カレー風味  B 豚肉のねぎ塩焼き  選べる小鉢 (2種類より1つ) 白菜のおひたし カリフラワーのピクルスゆず風味 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ヒレカツ  B イカと玉子と春雨の中華炒め 選べる小鉢 (2種類より1つ) いんげんとベーコンのソテー 揚げワンタン 甘酢ソース A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ケイジャンチキン  B 豚と茄子の味噌炒め 選べる小鉢 (2種類より1つ) 白滝ときのこのピリ辛炒め 蓮根と玉葱のマヨ和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 照焼きハンバーグ  B 鶏肉とキャベツのガリパタ炒め  選べる小鉢 (2種類より1つ) かぼちゃとベーコンの和風煮 香味野菜の青じそ風味 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ピーマン肉詰めフライと野菜コロッケ  B 鶏肉のシーザーサラダ仕立て  選べる小鉢 (2種類より1つ) 豚と野菜のビーフン 海藻と玉ねぎの梅おかか和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A チキンピカタ トマトソース  B 牛すじと大根の煮込み  選べる小鉢 (2種類より1つ) 大学芋 白菜と挽肉の炒め煮 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A メンチカツ きのこハヤシソース  B ホキのカレーマヨ焼き  選べる小鉢 (2種類より1つ) もやしとホウレン草の加-チャ-  A 蒸し鶏のコールスローサラダ				
	栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価					栄養価				
	7/13					7/14					7/15					7/16					7/17					7/18					7/19				
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	912kcal	37.7g	24.2g	138.5g	3.3g	797kcal	23.3g	15.3g	143.0g	4.3g	792kcal	30.7g	22.5g	119.5g	2.7g	949kcal	25.6g	30.3g	146.2g	5.3g	843kcal	17.7g	23.4g	144.3g	2.7g	912kcal	34.3g	29.2g	130.9g	3.6g	1059kcal	23.4g	35.6g	164.3g	4.7g

*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。