



	2021/4/5 (月)					2021/4/6 (火)					2021/4/7 (水)					2021/4/8 (木)					2021/4/9 (金)					2021/4/10 (土)					2021/4/11 (日)				
朝食	和食 鯖の塩焼き 目玉焼き ご飯・味噌汁					和食 筑前煮 コーンスクランブル ご飯・味噌汁					和食 温泉卵 豚肉と野菜の中華和え ご飯・味噌汁					和食 だし巻き卵 鶏つくね ご飯・味噌汁					和食 さつまいぼ スクランブルエッグ ご飯・味噌汁					和食 ししゃも 肉団子甘酢たれ ご飯・味噌汁					和食 納豆 肉野菜炒め ご飯・味噌汁				
	洋食 照焼き肉団子 目玉焼き パン・スープ					洋食 ベーコンポテトバーグ コーンスクランブル パン・スープ					洋食 豆腐ハンバーグ 豚肉と野菜の中華和え パン・スープ					洋食 ツナサラダ 鶏つくね パン・スープ					洋食 ウインナー スクランブルエッグ パン・スープ					洋食 ジャーマンポテト 肉団子甘酢たれ パン・スープ					洋食 オムレツ 肉野菜炒め パン・スープ				
	和・洋共通メニュー オレンジジュース					和・洋共通メニュー リンゴジュース					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー コーヒー牛乳					和・洋共通メニュー ヨーグルツッパ					和・洋共通メニュー 牛乳					和・洋共通メニュー オレンジジュース				
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	676kcal	23.3g	10.3g	119.7g	2.8g	725kcal	19.4g	13.9g	126.9g	2.9g	747kcal	28.9g	22.9g	106.0g	3.0g	720kcal	20.5g	15.4g	119.2g	2.7g	767kcal	26.1g	16.6g	124.6g	3.1g	650kcal	21.7g	12.9g	112.8g	102.5g	688kcal	22.1g	11.8g	121.6g	1.9g
洋食	428kcal	14.4g	10.2g	68.8g	2.8g	527kcal	18.9g	19.3g	69.7g		549kcal	25.0g	27.1g	54.9g	3.4g	669kcal	25.3g	29.2g	77.5g	4.1g	767kcal	27.7g	39.8g	74.6g	3.9g	590kcal	19.5g	25.4g	72.8g	3.4g	488kcal	19.2g	13.2g	76.1g	3.1g
昼食	ささみチーズカツ					豚肉のチーズ・トマト焼き					麻婆豆腐					チキンカレー					醤油ラーメン					ポークピカタ トマトソース					鶏肉の塩麹焼き				
	ブロッコリーの塩昆布和え					白菜のおひたし					香味野菜の青じそ風味					ミックスサラダ					もやしとほうれん草のナムル					キャベツの粒マスタード和え					冷奴				
	ご飯・汁物					ご飯・汁物					ご飯・汁物					デザート・汁物					ご飯					ご飯・汁物					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	667kcal	27kcal	6kcal	121kcal	5.5g	899kcal	35.2g	24.0g	134.9g	4.4g	748kcal	26.3g	20.9g	113.2g	5.6g	835kcal	22.9g	24.9g	131.0g	4.4g	845kcal	29.2g	14.5g	144.5g	9.1g	854kcal	34.0g	30.8g	108.3g	3.4g	753kcal	34.7g	23.1g	99.6g	3.1g
夕食	A 豚肉と厚揚げの四川炒め					A 豚肉の生姜焼き					A ロールキャベツ 野菜トマトソース					A 牛肉甘辛煮					A 豚焼肉ともやしのねぎソース					A 鶏もも肉のみぞれ煮					A 豚こら玉				
	B 鶏もも肉のごかし味噌焼き					B 豚肉野菜巻きフライと玉子サラダフライ					B 白身魚の明太子マヨネーズ焼き					B 豚肉とごぼうのサラダ仕立て					B チキンカツと白身魚フライ					B 回鍋肉					B 鯖の味噌煮				
	選べる小鉢(2種より1つ) 小松菜のごま和え きんぴられんこん					選べる小鉢(2種より1つ) ひじきと大豆の煮付け パンブキンサラダ					選べる小鉢(2種より1つ) 茹で野菜のゴマ風味 人參とちりめんじゃこのきんぴら					選べる小鉢(2種より1つ) 大学芋 野菜コロツケ					選べる小鉢(2種より1つ) ごぼうサラダ チンゲン菜とワカメのチヨレギ風					選べる小鉢(2種より1つ) きのこ人參の炒め 春雨サラダ					選べる小鉢(2種より1つ) 菜の花の辛子和え 茄子の煮浸し				
	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	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	817kcal	31kcal	23kcal	115kcal	6.8g	789kcal	28.6g	25.9g	109.9g	3.7g	655kcal	19.0g	10.7g	118.3g	4.3g	914kcal	23.1g	31.9g	135.5g	5.2g	750kcal	28.1g	20.9g	109.1g	5.6g	846kcal	34.5g	23.8g	119.5g	5.1g	830kcal	35.5g	30.5g	100.8g	6.1g
B定食	835kcal	37kcal	26kcal	110kcal	6.7g	844kcal	20.7g	27.8g	125.3g	3.7g	775kcal	23.4g	27.8g	105.1g	4.2g	824kcal	27.4g	22.4g	127.5g	3.7g	880kcal	24.1g	31.4g	121.2g	5.0g	816kcal	29.8g	23.3g	122.1g	5.5g	889kcal	28.5g	29.3g	127.3g	6.0g

* 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。