



Weekly Menu



日曜日	6月1日 (月)					6月2日 (火)					6月3日 (水)					6月4日 (木)					6月5日 (金)					6月6日 (土)					6月7日 (日)				
朝食	和食 さつま芋サラダ ウィンナー ご飯・味噌汁 洋食 ペンネナポリタン ウィンナー 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					和食 白身魚の竜田揚げ ツナとコーンのスパゲティサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ミニトオムレツ ツナとコーンのスパゲティ 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 照焼き肉団子 きんぴらレンコン ご飯・味噌汁 洋食 フライドチキン きんぴらレンコン 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 だし巻き玉子 ハム野菜炒め ご飯・味噌汁 洋食 コーンフライ ハム野菜炒め 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 ほっけの塩焼き ほうれん草と人参のソテー ご飯・味噌汁 洋食 ハム&チーズ 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) 牛乳 マスカットジュース					和食 水餃子 かぼちゃと枝豆のサラダ ご飯・味噌汁 洋食 ミックススクランブル かぼちゃと枝豆のサラダ 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 納豆 枝豆コーンソテー ご飯・味噌汁 洋食 竹輪磯辺天 枝豆コーンソテー 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	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	801kcal	24.0g	21.4g	132.0g	3.2g	811kcal	25.5g	23.1g	129.1g	2.3g	777kcal	22.0g	16.8g	136.8g	3.7g	751kcal	23.4g	17.6g	128.2g	2.6g	632kcal	20.4g	4.8g	128.4g	2.0g	809kcal	21.6g	21.4g	136.3g	3.7g	764kcal	27.0g	16.4g	132.2g	2.6g
昼食	A 鶏のから揚げ B 豚きんぴら焼肉 選べる小鉢(2種類より1つ) 切干大根のコールスローサラダ 小松菜のお浸し ご飯・汁物					A 味噌タンメン B もやしとほうれん草のナムル 炒飯					A かつ丼 B 青梗菜とえのきのお浸し 汁物					A ポークカレー B 緑野菜のシーザーサラダ 汁物・デザート					A 和風明太子パスタ B 蒸し鶏と野菜のレモンマリネ ご飯・汁物					A 月見メンチカツ B 冷奴 ご飯・汁物					A グリルチキン サルサソース B コーヒーゼリー 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
A定食	829kcal	24.3g	21.6g	135.9g	3.0g	920kcal	29.9g	19.4g	155.7g	11.2g	902kcal	27.0g	20.9g	152.0g	5.8g	939kcal	20.9g	19.4g	173.9g	5.7g	1036kcal	29.4g	14.1g	198.4g	5.3g	988kcal	25.2g	31.1g	151.1g	4.1g	957kcal	35.4g	22.1g	156.3g	2.9g
夕食	A ハンバーグデミグラスソース B 鶏肉と野菜のうま煮 選べる小鉢(2種類より1つ) ベーコンとポテトのガーリック醤油炒め キャベツの酢の物 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A チキンのツナマヨ焼き B 豚と野菜のカレー炒め 選べる小鉢(2種類より1つ) いんげんと茄子の炒め煮 大根の塩昆布和え A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 一口餃子の磯辺揚げ B ホキの中華香味ソース 選べる小鉢(2種類より1つ) きゅうりの和風ピクルス ブロッコリーとピーマンのナムル A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 【アメリカ】バッファローチキン B 焼き豆腐のにら玉 選べる小鉢(2種類より1つ) レンコンの肉味噌炒め 小松菜のなめ苺おろし A・B共通メニュー ご飯・汁物					A 豚甘辛炒め B チキンソテー 黒胡椒ソース 選べる小鉢(2種類より1つ) 山菜とこんにゃくのきんぴら おくらとワカメの酢の物 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A ソース焼きそば B 豚しゃぶの和風サラダ 選べる小鉢(2種類より1つ) 海藻とキャベツの中華和え 和風マーボ豆腐 A・B共通メニュー ご飯・汁物					A チキンカツ B 豚と豆腐のトマト旨煮 選べる小鉢(2種類より1つ) 豚とシメジの炒め煮 3種の豆とポテトの辛子マヨ和え 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
A定食	855kcal	25.0g	18.7g	148.0g	4.6g	1051kcal	33.7g	47.7g	124.0g	3.2g	1054kcal	17.9g	44.6g	144.7g	3.1g	1190kcal	39.3g	46.4g	154.5g	3.8g	813kcal	26.8g	20.3g	131.3g	4.0g	882kcal	23.1g	18.6g	158.4g	7.9g	862kcal	23.6g	21.1g	145.2g	3.5g

*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。