

Weekly Menu



日曜日	4月2日 (火)					4月3日 (水)					4月4日 (木)					4月5日 (金)					4月6日 (土)					4月7日 (日)								
朝食	和食					和食					和食					和食					選択					和食								
											ライス					ライス					ライス					ライス								
											サバの塩焼き					レンコンの鶏そぼろあん					漬物					ひじきと白滝の煮付け								
											ほうれん草のおかか和え					朝食のり					マカロニと野菜のスープ					叩ききゅうりの塩和え								
朝食											漬物					漬物					共通					漬物								
											大根としめじの味噌汁					ごぼうの味噌汁					ベーコンとピーマンのソテー					小松菜とコーンの味噌汁								
	洋食					洋食					洋食					洋食					ヨーグルト C					洋食								
	共通					共通					共通					共通					ミニクロワッサン					共通								
					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳									
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
A					A					A					A					A					A									
					スタミナ丼 C					肉うどん C					ピピンバ C					豚肉ごぼう炒め丼 C					豚肉のレモン醤油丼 C									
					B					B					B					B					B									
					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通									
					菜の花の中華和え					野菜かき揚げ					ブロッコリーの柚子かけ					茄子のみぞれ和え					なめ草オクラ									
					ゼリー★					フルーチェ★					ゼリー★					プリン★					ゼリー★									
					なめこと水菜のすまし汁					わかめスープ					じゃが芋と玉葱の味噌汁					白菜とえのきの味噌汁														
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
					855	24	22	146	2	670	24	22	146	2	1,155	26	13	242	2	787	21	26	121	3	769	25	16	132	6					
															791	23	9	159	2															
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					
A					A					A					A					A														
					肉じゃが C					牛肉甘辛煮 C					青椒肉絲 C					ハヤシライス C					ポークチャップ C					牛すじと大根の煮込み C				
					B					B					B					B					B									
					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通									
					大根の梅和え					大学芋					照りマヨチキン					レンコン焼売					白身魚フライ					ピーマンの三色マリネ				
					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス									
					茄子とわかめの味噌汁					キャベツと玉葱の味噌汁					春雨スープ					コンソメジュリアン					白菜と大根の中華スープ					キャベツとしめじの味噌汁				
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
819	20.8	7.8	168.5	4.7	1,061	21.3	26.9	189.6	4.6	874	21.7	17.2	163.4	5.0	733	14	25	114		861	28.1	18.5	148.5	3.3	774	26.7	5.0	162.9	5.1					
										1,133	37	45	149	4																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
 いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



日曜日	4月8日 (月)					4月9日 (火)					4月10日 (水)					4月11日 (木)					4月12日 (金)					4月13日 (土)					4月14日 (日)														
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食														
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス														
	ちくぜん煮					肉野菜炒め					サバの塩焼き					かぼちゃと豚肉の煮物					大根とツナの炒め煮					漬物					鶏と大根の煮物														
	大根のピリ辛和え					ブロッコリーのナムル					こんにゃくと蓮根のきんぴら					ピリ辛こんにゃく					小松菜とコーンのじゃこ和え					トマトスープ					チンゲン菜となめこの中華和え														
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					共通					漬物														
	インゲンとコーンの味噌汁					キャベツとえのきの味噌汁					麩となめこの味噌汁					わかめとえのきの味噌汁					大根とコーンの味噌汁					だし巻き玉子					じゃが芋と玉葱の味噌汁														
	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食														
	パン					パン					パン					パン					パン					パン					パン														
共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通															
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳															
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	
595	15.8	10.4	113.4	2.9	604	18.0	11.0	112.5	2.0	680	18.9	16.6	113.3	2.6	586	13.2	6.7	122.4	2.9	513	14.3	5.0	105.8	2.6	382	14.9	17.4	41.9	1.0	602	16.7	9.9	114.0	3.3	595	15.8	10.4	113.4	2.9						
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g						
昼食	A					A					A					A					A					A																			
	親子丼					鶏唐揚げ丼 甘辛だれ C					ミートソースパスタ					麻婆茄子丼 C					豚キムチ丼					牛丼 C					中華丼 C														
	B					B					B					B					B					B					B														
	鶏肉の治部煮 C					豚肉のクリーム煮					ホワイトソースパスタ C					鶏肉のマヨネーズ焼き					豚焼肉と野菜のねぎソース C																								
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通														
	中華の和え物					叩ききゅうりの梅和え					カラフルサラダ					レンコン入り焼売					ピリ辛こんにゃく					ほうれん草と白滝の辛子醤油					餃子														
ゼリー★					ゼリー★					ゼリー★					フルーチェ★					ゼリー★					プリン★					ゼリー★															
麩とわかめのすまし汁					野菜スープ					コーンスープ					春雨スープ					わかめスープ					キャベツとえのきの味噌汁					小松菜と大根の中華スープ															
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	740	18	13	141	4	1,324	34	20	256	6	474	17	10	79	4	732	17	10	79	4	1,241	29	17	253	5	729	18	23	117	4	737	17	18	130	5										
B	1,084	32	20	203	5	944	25	21	169	3	1,271	38	19	232	37	444	28	19	37	4	955	29	20	171	5																				
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					
夕食	A					A					A					A					A					A																			
	海老かつとアジフライ					回鍋肉 C					キーマカレー C					茹で豚と野菜の柚子風味 C					入学・進級お祝いプレート C					豚肉のトマト煮込み C					鶏肉と野菜のうま煮丼 C														
	B					B					B					B					B					B					B														
	豚肉の生姜焼き C					クリームコロッケタルタルソース										チキン南蛮																													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通														
	ワカメとしめじの煮浸し					ひじき4品目サラダ					白身魚フライ					コーンじゃがバター風味					きゅうりの梅和え					ピーマン肉詰めフライ					切干大根の梅風味														
ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス															
大根と長葱の味噌汁					じゃが芋と水菜の味噌汁					コンソメジュリアン					キャベツとしめじの味噌汁					なめこと三つ葉のすまし汁					小松菜と大根の中華スープ					白菜とえのきの味噌汁															
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	898	21.5	21.1	160.5	3.1	842	24.1	13.8	162.5	5.2	678	17.6	21.8	107.0	3.9	350	20.0	17.0	31.3	3.7	909	33	32	15	134	909	25.9	23.3	154.1	2.6	1,342	31.9	13.9	282.9	3.5										
B	794	23	14	149	4	1,061	17	33	178	4						559	25	34	34	4																									
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
 いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



日曜日	4月15日 (月)					4月16日 (火)					4月17日 (水)					4月18日 (木)					4月19日 (金)					4月20日 (土)					4月21日 (日)													
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食													
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス													
	ひじきとツナの煮物					こんにゃくと蓮根のきんぴら					ウインナーと野菜のソテー					サバの塩焼き					里芋のそぼろあんかけ					漬物					ひじきと白滝の煮付け													
	ほうれん草の梅和え					朝食のり					フロッコリーとコーンのゆず和え					切干大根					インゲンの和風和え					野菜スープ					きゅうりのわさび醤油													
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					共通					漬物													
	大根とわかめの味噌汁					キャベツと玉葱の味噌汁					ごぼうの味噌汁					じゃが芋と玉葱の味噌汁					茄子と玉葱の味噌汁					一口つくねの照り焼き					キャベツとしめじの味噌汁													
	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食													
	パン					パン					パン					パン					パン					パン					パン													
共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通														
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳														
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
506	14.5	4.2	106.4	3.0	534	12.2	5.5	113.0	2.1	675	16.4	18.5	114.9	3.1	679	17.0	13.6	123.2	2.7	570	13.6	6.8	116.8	2.5	441	15.9	22.0	44.1	1.1	528	11.6	6.1	112.2	3.8	528	11.6	6.1	112.2	3.8					
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	A					A					A					A					A					A																		
	みそチキンカツ丼					プルコギ丼 C					鶏天丼 C					けんちんうどん C					叉焼炒飯					ポークカレー C					麻婆茄子丼 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	ソースチキンカツ丼					ちゃんちゃん焼き風					豚肉ときくらげの卵炒め					けんちんそば					AB共通					AB共通					AB共通													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	大根とツナのおかか和え					キャベツの中華和え					オクラの梅おかか和え					串カツ					餃子					栗かぼちゃの含め煮					いんげんの酢の物													
	ゼリー★					ゼリー★					ゼリー★					フルーチェ★					ゼリー★					プリン★					ゼリー★													
	キャベツとコーンの味噌汁					わかめとえのきの味噌汁					なめこと三つ葉のすまし汁					わかめスープ					コンソメジュリアン					チンゲン菜と玉葱の中華スープ																		
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
693	18	14	129	3	1,216	23	17	250	3	790	27	20	127	4	430	27	20	127	4	686	16	17	121	4	977	21	21	184	6	731	14	21	126	5	731	14	21	126	5					
687	17	13	129	3	1,006	29	23	176	4	948	29	21	164	4	858	26	20	144	6	137	3	3	23	2																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A					A					A					A					A																		
	チキンカレー C					鶏肉と野菜の味噌炒め C					煮込みハンバーグ					和風おろし豚焼肉 C					ケイジャンチキンフリット トマトソース					きんぴら焼肉 C					牛肉とごぼうのマスタードソース炒め C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	ポテトと鮭のホクホク和え					さつま芋のレモン煮					しらすと菜の花の酢の物					切干大根					ごぼうのピリ辛和え					白身魚フライ					キャベツのわさび和え													
	コンソメジュリアン					ライス					ライス					春雨スープ					ライス					ライス					ライス													
	コンソメジュリアン					大根としめじの味噌汁					わかめとコーンの味噌汁					春雨スープ					チンゲン菜とえのきの中華スープ					麩と三つ葉のすまし汁					じゃが芋とキャベツの味噌汁													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
707	15.3	20.3	121.1	4.1	955	26.6	16.3	181.8	3.6	893	26.4	18.3	161.8	5.4	910	23.6	18.9	167.6	4.6	1,068	30	43	34	5	802	21.8	13.0	155.1	1.9	877	18.6	20.2	162.0	3.0	877	18.6	20.2	162.0	3.0					
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
 いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



日曜日	4月22日 (月)					4月23日 (火)					4月24日 (水)					4月25日 (木)					4月26日 (金)					4月27日 (土)					4月28日 (日)																																						
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食																																						
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス																																						
	レンコンの鶏そぼろあん キャベツとしらす干しのおかか 和え					ちくぜん煮 大根のピリ辛和え					サバの塩焼き はすのきんぴら					肉野菜炒め 小松菜のナムル					大根と鶏の煮物 ごぼうとじゃこのピリ辛和え					漬物 トマトスープ					かぼちゃのそぼろあん 小松菜とえのきの梅和え																																						
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					共通					漬物																																						
	茄子とえのきの味噌汁					わかめとしめじの味噌汁					キャベツとコーンの味噌汁					じゃが芋と玉葱の味噌汁					インゲンとコーンの味噌汁					絹さやスクランブル					キャベツと玉葱の味噌汁																																						
	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					ヨーグルト C					洋食																																						
	パン					パン					パン					パン					パン					ミニクロワッサン					パン																																						
共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通																																							
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳																																							
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl																									
610	17.3	7.6	121.0	4.4	586	15.4	10.2	111.9	2.6	697	18.4	17.0	116.6	2.6	602	15.9	8.1	120.6	2.3	611	17.3	9.9	115.5	3.4	413	16.3	21.0	38.3	1.0	556	12.9	5.2	115.6	2.3	610	17.3	7.6	121.0	4.4	586	15.4	10.2	111.9	2.6	697	18.4	17.0	116.6	2.6	602	15.9	8.1	120.6	2.3	611	17.3	9.9	115.5	3.4	413	16.3	21.0	38.3	1.0	556	12.9	5.2	115.6	2.3
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g																									
昼食	A					A					A					A					A					A																																											
	プルコギ丼 C					とんこつ野菜ラーメン					豚丼 C					肉味噌丼					ビビンバ C					豚肉と茄子の味噌炒め C					スタミナ丼 C																																						
	B					B					B					B					B					B					B																																						
	厚揚げの肉野菜あんかけ										鶏肉の漬け焼き					豚肉と大根の炒め煮 C					フーチャンブル																																																
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通																																						
	ツナとコーンの和風マカロニ ゼリー★					レンコン入り焼売 ゼリー★					大根の梅和え ゼリー★					いんげん柚子しょうゆ フルーチェ★					ごぼうのピリ辛和え ゼリー★					餃子 プリン★					青梗菜の辛子醤油 ゼリー★																																						
	大根とわかめの味噌汁										ごぼうの味噌汁					白菜とえのきの味噌汁					わかめスープ					チンゲン菜と玉葱の中華スープ					麩とわかめのすまし汁																																						
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl																									
700	17	15	128	4	1,080	32	19	197	11	684	23	16	113	3	693	23	16	113	3	1,175	20	17	245	3	1,149	30	41	172	3	731	19	13	139	1	700	17	15	128	4	1,080	32	19	197	11	684	23	16	113	3	693	23	16	113	3	1,175	20	17	245	3	1,149	30	41	172	3	731	19	13	139	1
977	31	21	171	5						958	33	21	165	4	906	25	17	167	5	950	32	20	166	3											977	31	21	171	5						958	33	21	165	4	906	25	17	167	5	950	32	20	166	3										
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g																									
夕食	A					A					A					A					A					A																																											
	鶏天 しそ風味					白金鱈のカレー揚げ					ポテトコロケとチキンカツ					ビーフカレー C					豚肉と小松菜のオイスターソース炒め					チキンストロガノフ C					ポテト麻婆 C																																						
	B					B					B					B					B					B					B																																						
	豚肉のクリーム煮 C					牛肉と葱の炒め C					豚肉と蓮根の味噌炒め C										白身魚の衣揚げ 薬味ソース																																																
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通																																						
	ひじきと切干大根のきんぴら					きゅうりのわさび醤油					温かいさつま芋のサラダ					大根ミックスサラダ					花野菜のコンソメ煮					キャベツの香味あえ					白身魚フライ																																						
	春雨スープ					ライス なめこと三つ葉のすまし汁					ライス 洋野菜のスープ					コンソメジュリアン					ライス キャベツとしめじの味噌汁					ライス 大根とえのきの味噌汁					ライス マカロニと野菜のスープ																																						
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl																									
429	18.8	26.8	28.0	2.8	763	20.9	12.3	147.8	2.5	931	16.7	19.0	179.4	2.4	635	11.9	17.3	113.9	3.5	863	25	27	25	6	942	31.5	22.0	160.1	4.3	897	22.2	13.2	178.2	5.5	429	18.8	26.8	28.0	2.8	763	20.9	12.3	147.8	2.5	931	16.7	19.0	179.4	2.4	635	11.9	17.3	113.9	3.5	863	25	27	25	6	942	31.5	22.0	160.1	4.3	897	22.2	13.2	178.2	5.5
377	17	21	30	3	814	18	19	149	3	984	26	21	179	4						902	22	26	36	6						377	17	21	30	3	814	18	19	149	3	984	26	21	179	4						902	22	26	36	6															
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g																									

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
 いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



日	4月29日					4月30日				
曜日	(月)					(火)				
朝食	和食					和食				
	ライス					ライス				
	大根とツナの炒め煮					サバの塩焼き				
	叩ききゅうりの塩和え					きんぴらごぼう				
	漬物					漬物				
	茄子とえのきの味噌汁					キャベツとコーンの味噌汁				
	洋食					洋食				
昼食	パン					パン				
	共通					共通				
	コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳				
	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
	583	15.0	9.3	110.4	3.5	651	18.0	16.4	108.7	1.9
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
	A					A				
チャプチェ C					豚醤油カルビ丼 C					
B					B					
AB共通					AB共通					
じゃが芋の甘辛炒め					さばカレーカツと帆立クリーミーフライ					
ゼリー★					ゼリー★					
小松菜と大根の中華スープ					じゃが芋と玉葱の味噌汁					
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	613	9	20	100	5	1,245	30	18	250	5
B						999	19	26	178	3
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A				
	五種野菜と豚肉のきんぴら C					ハヤシライス C				
	B					B				
	AB共通					AB共通				
	茄子とオクラの揚げ出し					青梗菜のゆず醤油				
	麩となめこの味噌汁					コンソメジュリアン				
	栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C
A	363	15.6	20.2	31.0	2.5	638	13.0	18.4	108.1	4.2
B										
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
 いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



アレルギー用

←通常メニューと異なります。ご注意ください。

日曜日	4月2日 (火)					4月3日 (水)					4月4日 (木)					4月5日 (金)					4月6日 (土)					4月7日 (日)								
朝食	和食					和食					和食					和食					選択					和食								
											ライス					ライス					ライス					ライス								
											サバの塩焼き					レンコンの鶏そぼろあん					漬物					ひじきと白滝の煮付け								
											ほうれん草のおかか和え					朝食のり					マカロニと野菜のスープ					叩ききゅうりの塩和え								
											漬物					漬物					共通					漬物								
朝食	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食								
						パン					パン					パン					パン					パン								
	共通					共通					共通					共通					共通					共通								
						コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					ミニクロワッサン					コーヒー牛乳または牛乳								
	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	A					A					A					A					A													
						スタミナ丼 C					肉うどん C					ビビンバ C					豚肉ごぼう炒め丼 C					豚肉のレモン醤油丼 C								
	B					B					B					B					B													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
						菜の花の中華和え ゼリー★					野菜かき揚げ フルーチェ★					ブロッコリーの柚子かけ ゼリー★					茄子のみぞれ和え プリン★					なめ草オクラ ゼリー★								
					なめこと水菜のすまし汁					わかめスープ					じゃが芋と玉葱の味噌汁					白菜とえのきの味噌汁														
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A					A					A					A													
						肉じゃが C					青椒肉絲 C					ハヤシライス C					ポークチャップ C					牛すじと大根の煮込み C								
	B					B					B					B					B													
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
						大根の梅和え					照りマヨチキン					レンコン焼売					白身魚フライ					ピーマンの三色マリネ								
					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス									
					茄子とわかめの味噌汁					キャベツと玉葱の味噌汁					春雨スープ					コンソメジュリアン					白菜と大根の中華スープ					キャベツとしめじの味噌汁				
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



アレルギー用

←通常メニューと異なります。ご注意ください。

日曜日	4月8日 (月)					4月9日 (火)					4月10日 (水)					4月11日 (木)					4月12日 (金)					4月13日 (土)					4月14日 (日)													
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食													
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス													
	ちくぜん煮					肉野菜炒め					サバの塩焼き					かぼちゃと豚肉の煮物					大根とツナの炒め煮					漬物					鶏と大根の煮物													
	大根のピリ辛和え					ブロッコリーのナムル					こんにゃくと蓮根のきんぴら					ピリ辛こんにゃく					小松菜とコーンのじゃこ和え					トマトスープ					チンゲン菜となめこの中華和え													
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					共通					漬物													
	インゲンとコーンの味噌汁					キャベツとえのきの味噌汁					麩となめこの味噌汁					わかめとえのきの味噌汁					大根とコーンの味噌汁					鶏肉のチーズ焼き C					じゃが芋と玉葱の味噌汁													
	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食													
	パン					パン					パン					パン					パン					パン					パン													
共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通														
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					ミニクロワッサン					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳									
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
571	15.5	8.9	110.9	2.6	604	18.0	11.0	112.5	2.0	680	18.9	16.6	113.3	2.6	492	8.8	2.4	112.5	2.4	493	12.6	4.6	103.6	1.9	445	23.5	19.7	41.2	1.2	505	10.9	5.8	105.4	2.1	505	10.9	5.8	105.4	2.1	505	10.9	5.8	105.4	2.1
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	A					A					A					A					A					A																		
	親子丼					鶏唐揚げ丼 甘辛だれ C					ミートソースパスタ					麻婆茄子丼 C					豚キムチ丼					牛丼 C					中華丼 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	鶏肉の治部煮 C					豚肉のクリーム煮					ホワイトソースパスタ C					鶏肉のマヨネーズ焼き					豚焼肉と野菜のねぎソース C																							
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	中華の和え物					叩ききゅうりの梅和え					カラフルサラダ					レンコン入り焼売					ピリ辛こんにゃく					ほうれん草と白滝の辛子醤油					餃子													
	ゼリー★					ゼリー★					ゼリー★					フルーチェ★					ゼリー★					プリン★					ゼリー★													
	麩とわかめのすまし汁					野菜スープ					コーンスープ					春雨スープ					わかめスープ					キャベツとえのきの味噌汁					小松菜と大根の中華スープ													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
191	1	5	37	2	631	10	2	149	2	912	23	11	184	4	732	17	10	79	4	642	10	3	150	2	729	18	23	117	4	737	17	18	130	5	737	17	18	130	5					
1,084	32	20	203	5	944	25	21	169	3	556	8	3	129	2	444	28	19	37	4	955	29	20	171	5																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A					A					A					A					A																		
	海老かつとアジフライ					回鍋肉 C					キーマカレー C					茹で豚と野菜の柚子風味 C					入学・進級お祝いプレート C					豚肉のトマト煮込み C					鶏肉と野菜のうま煮丼 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	豚肉の生姜焼き C					クリームコロッケタルタルソース										チキン南蛮																												
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	ワカメとしめじの煮浸し					ひじき4品目サラダ					白身魚フライ					コーンじゃがバター風味					きゅうりの梅和え					ピーマン肉詰めフライ					切干大根の梅風味													
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス													
	大根と長葱の味噌汁					じゃが芋と水菜の味噌汁					コンソメジュリアン					キャベツとしめじの味噌汁					なめこと三つ葉のすまし汁					小松菜と大根の中華スープ					白菜とえのきの味噌汁													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
898	21.5	21.1	160.5	3.1	842	24.1	13.8	162.5	5.2	678	17.6	21.8	107.0	3.9	350	20.0	17.0	31.3	3.7	909	33	32	15	134	909	25.9	23.3	154.1	2.6	1,342	31.9	13.9	282.9	3.5	1,342	31.9	13.9	282.9	3.5					
794	23	14	149	4	1,061	17	33	178	4						559	25	34	34	4																									
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



アレルギー用

←通常メニューと異なります。ご注意ください。

日曜日	4月15日 (月)					4月16日 (火)					4月17日 (水)					4月18日 (木)					4月19日 (金)					4月20日 (土)					4月21日 (日)													
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食													
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス													
	ひじきとツナの煮物 ほうれん草の梅和え					こんにゃくと蓮根のきんぴら 朝食のり					ウィンナーと野菜のソテー フロッコリーとコーンのゆず和え					サバの塩焼き 切干大根					里芋のそぼろあんかけ インゲンの和風和え					漬物 野菜スープ					ひじきと白滝の煮付け きゅうりのわさび醤油													
	漬物 大根とわかめの味噌汁					漬物 キャベツと玉葱の味噌汁					漬物 ごぼうの味噌汁					漬物 じゃが芋と玉葱の味噌汁					漬物 茄子と玉葱の味噌汁					共通 照焼ハンバーグ C ヨーグルト C					漬物 キャベツとしめじの味噌汁													
	洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食					洋食													
	パン					パン					パン					パン					パン					パン					パン													
	共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通													
	コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
496	13.8	4.1	104.5	2.5	534	12.2	5.5	113.0	2.1	675	16.4	18.5	114.9	3.1	534	9.6	2.5	121.9	2.5	545	12.5	6.7	111.4	1.7	403	14.9	18.7	43.6	1.5	495	10.5	5.9	103.1	2.2	495	10.5	5.9	103.1	2.2	495	10.5	5.9	103.1	2.2
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	A					A					A					A					A					A					A													
	みそチキンカツ丼					プルコギ丼 C					鶏天丼 C					けんちんうどん C					叉焼炒飯					ポークカレー C					麻婆茄子丼 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	みそメンチカツ丼 C					ちゃんちゃん焼き風					豚肉ときくらげの卵炒め					けんちんそば					ジャコ炒飯 C																							
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	大根とツナのおかか和え ゼリー★					キャベツの中華和え ゼリー★					オクラの梅おかか和え ゼリー★					串カツ フルーチェ★					餃子 ゼリー★					栗かぼちゃの含め煮 プリン★					いんげんの酢の物 ゼリー★													
	キャベツとコーンの味噌汁					わかめとえのきの味噌汁					なめこと三つ葉のすまし汁					わかめスープ					わかめスープ					コンソメジュリアン					チンゲン菜と玉葱の中華スープ													
	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C
777	17	22	131	3	648	10	3	150	2	1,336	35	22	257	4	430	27	20	127	4	686	16	10	135	5	977	21	21	184	6	731	14	21	126	5	731	14	21	126	5					
687	17	13	129	3	1,006	29	23	176	4	633	10	2	147	1	858	26	20	144	6	137	3	3	23	2																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A					A					A					A					A					A													
	チキンカレー C					鶏肉と野菜の味噌炒め C					煮込みハンバーグ					和風おろし豚焼肉 C					ケイジャンチキンフリット トマトソース					きんぴら焼肉 C					牛肉とごぼうのマスタードソース炒め C													
	B					B					B					B					B					B					B													
						鯖の照り焼き					豚肉とピーマンの生姜焼き C					グリルチキン ベーコンオニオンソース					挽肉と野菜のチャブチェ風炒め																							
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	ポテトと鮭のホクホク和え					さつま芋のレモン煮					しらすと菜の花の酢の物					切干大根					ごぼうのピリ辛和え					白身魚フライ					キャベツのわさび和え													
	コンソメジュリアン					ライス 大根としめじの味噌汁					ライス わかめとコーンの味噌汁					ライス 春雨スープ					ライス チンゲン菜とえのきの中華スープ					ライス 麩と三つ葉のすまし汁					ライス じゃが芋とキャベツの味噌汁													
	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C
707	15.3	20.3	121.1	4.1	955	26.6	16.3	181.8	3.6	893	26.4	18.3	161.8	5.4	910	23.6	18.9	167.6	4.6	1,068	30	43	34	5	802	21.8	13.0	155.1	1.9	877	18.6	20.2	162.0	3.0	877	18.6	20.2	162.0	3.0					
95	2	5	11	2	1,011	26	24	173	3	917	34	20	156	4	1,000	31	26	172	5	1,036	20	24	77	2																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



アレルギー用

←通常メニューと異なります。ご注意ください。

日曜日	4月22日 (月)					4月23日 (火)					4月24日 (水)					4月25日 (木)					4月26日 (金)					4月27日 (土)					4月28日 (日)													
朝食	和食					和食					和食					和食					和食					選択					和食													
	ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス					ライス													
	レンコンの鶏そぼろあん					ちくぜん煮					サバの塩焼き					肉野菜炒め					大根と鶏の煮物					漬物					かぼちゃのそぼろあん													
	キャベツとしらす干しのおかか和え					大根のピリ辛和え					はすのきんぴら					小松菜のナムル					ごぼうとじゃこのピリ辛和え					トマトスープ					小松菜とえのきの梅和え													
	漬物					漬物					漬物					漬物					漬物					共通					漬物													
	茄子とえのきの味噌汁					わかめとしめじの味噌汁					キャベツとコーンの味噌汁					じゃが芋と玉葱の味噌汁					インゲンとコーンの味噌汁					チキンソテー C					キャベツと玉葱の味噌汁													
	パン					パン					パン					パン					パン					ミニクロワッサン					パン													
共通					共通					共通					共通					共通					共通					共通														
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					オレンジジュース					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳														
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
576	13.7	7.3	116.6	3.5	586	15.4	10.2	111.9	2.6	697	18.4	17.0	116.6	2.6	495	9.6	1.7	113.7	2.0	573	16.2	8.3	110.7	3.0	457	21.0	22.4	42.8	1.3	478	10.5	4.0	103.1	1.7	576	13.7	7.3	116.6	3.5					
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					
昼食	A					A					A					A					A					A																		
	みそチキンカツ丼					とんこつ野菜ラーメン					豚丼 C					肉味噌丼					ビビンバ C					豚肉と茄子の味噌炒め C					スタミナ丼 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	みそメンチカツ丼 C					肉うどん C					鶏肉の漬け焼き					豚肉と大根の炒め煮 C					フーチャンブル																							
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	ツナとコーンの和風マカロニゼリー★					レンコン入り焼売ゼリー★					大根の梅和えゼリー★					いんげん柚子しょうゆフルーチェ★					ごぼうのピリ辛和えゼリー★					餃子プリン★					青梗菜の辛子醤油ゼリー★													
	大根とわかめの味噌汁										ごぼうの味噌汁					白菜とえのきの味噌汁					わかめスープ					チンゲン菜と玉葱の中華スープ					麩とわかめのすまし汁													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
132	4	1	27	3	1,088	30	15	207	6	1,230	32	17	243	3	693	23	16	113	3	668	10	4	154	1	1,149	30	41	172	3	731	19	13	139	1										
977	31	21	171	5	604	11	5	132	1	665	11	3	154	2	906	25	17	167	5	950	32	20	166	3																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					
夕食	A					A					A					A					A					A																		
	鶏天 しそ風味					白金鱈のカレー揚げ					ポテトコロケとチキンカツ					ビーフカレー C					豚肉と小松菜のオイスターソース炒め					チキンストロガノフ C					ポテト麻婆 C													
	B					B					B					B					B					B					B													
	豚肉のクリーム煮 C					牛肉と葱の炒め C					豚肉と蓮根の味噌炒め C										白身魚の衣揚げ 薬味ソース																							
	AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通					AB共通													
	ひじきと切干大根のきんぴら					きゅうりのわさび醤油					温かいさつま芋のサラダ					大根ミックスサラダ					花野菜のコンソメ煮					キャベツの香味あえ					白身魚フライ													
	春雨スープ					ライス なめこと三つ葉のすまし汁					ライス 洋野菜のスープ					コンソメジュリアン					ライス キャベツとしめじの味噌汁					ライス 大根とえのきの味噌汁					ライス マカロニと野菜のスープ													
E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
429	18.8	26.8	28.0	2.8	763	20.9	12.3	147.8	2.5	931	16.7	19.0	179.4	2.4	635	11.9	17.3	113.9	3.5	863	25	27	25	6	942	31.5	22.0	160.1	4.3	897	22.2	13.2	178.2	5.5										
377	17	21	30	3	814	18	19	149	3	984	26	21	179	4						902	22	26	36	6																				
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

Weekly Menu



アレルギー用

←通常メニューと異なります。ご注意ください。

日	4月29日					4月30日				
曜日	(月)					(火)				
朝食	和食					和食				
	ライス					ライス				
	大根とツナの炒め煮 叩ききゅうりの塩和え					サバの塩焼き きんぴらごぼう				
	漬物					漬物				
	茄子とえのきの味噌汁					キャベツとコーンの味噌汁				
	洋食					洋食				
	パン					パン				
	共通					共通				
コーヒー牛乳または牛乳					コーヒー牛乳または牛乳					
	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
	561	14.7	7.5	109.2	3.3	651	18.0	16.4	108.7	1.9
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	A					A				
	チャプチェ C					豚醤油カルビ丼 C				
	B					B				
	AB共通					AB共通				
	じゃが芋の甘辛炒め ゼリー★					さばカレーカツと帆立クリーミーフライ スイーツエンドウのコンソメ煮 ゼリー★				
	小松菜と大根の中華スープ					じゃが芋と玉葱の味噌汁				
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	176	3	3	34	2	672	11	2	158	2
B						999	19	26	178	3
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	A					A				
	五種野菜と豚肉のきんぴら C					ハヤシライス C				
	B					B				
	AB共通					AB共通				
	茄子とオクラの揚げ出し					青梗菜のゆず醤油				
	麩となめこの味噌汁					コンソメジュリアン				
栄養価	E	P	F	C	Nacl	E	P	F	C	Nacl
A	363	15.6	20.2	31.0	2.5	638	13.0	18.4	108.1	4.2
B										
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Nacl:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。