

	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
曜日	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(⊟)
	Α	Α	Α	Α	Α	Α	Α
	ライス 280g	ライス 280g	ライス 280g	ライス 280g	ライス 280g	ライス 280g	ライス 280g
	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>B</u> .	<u>B</u>
	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン	パン・ジャムorマーガリン
	<u>A・B共通メニュー</u>	A・B共通メニュー	<u>A・B共通メニュー</u>	<u>A・B共通メニュー</u>	<u>A・B共通メニュー</u>	<u>A・B共通メニュー</u>	A・B共通メニュー
	新 スペイン風オムレツ	(大新/) フランクフルト	だし巻き卵	ハンバーグ	豚肉と青菜の塩炒め	つくねの照り焼き	ニラ玉炒め
朝	ラウインナーと野菜のソテー	マカロニサラダ	ハム野菜炒め	フライドポテト	焼売	ひじきと大豆の煮物	ポテトと鮭のホクホク和え
食	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	小松菜と玉葱の味噌汁	大根と麩の味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	キャベツと焙煎のりの味噌汁	もやしと人参の味噌汁	玉葱と人参の味噌汁	大根と油揚げの味噌汁
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt
	765 23.7 21.5 124.3 3.0	941 28.1 36.9 128.5 3.7	734 21.6 17.0 128.3 4.0	806 23.5 19.7 137.7 4.6	797 26.4 19.1 133.9 3.0	796 22.6 21.9 131.3 2.9	757 23.5 18.8 127.2 2.6
	624 24.4 24.7 77.8 4.3	800 28.8 40.1 82.0 5.0	593 22.3 20.2 81.8 5.3	665 24.2 22.9 91.2 5.9	656 27.1 22.3 87.4 4.3	655 23.3 25.1 84.8 4.2	616 24.2 22.0 80.7 3.9
	kcal 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
	小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに アレルギー	小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	小麦 卵 乳 そば 層形生 えび かに	小麦 卵 乳 そば 寒花生 えび かに	小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	小麦 卵 乳 そば 寒花生 えび かに	小麦 卵 乳 そば 溶花生 えび かに アレルギー
	• • •	• • •	• • •	• •	•	• • •	• •
	豚の生姜焼き丼	ビビンバ丼	ハヤシライス	#P 7 ## (***)	体白ニ ノハ	頭ナナウのスプかぎ	
				親子丼(新)	徳島ラーメン	鶏もも肉のみぞれ煮	ソース焼きそば
	大根ときゅうりの酢の物	温泉玉子	ツナマヨポテト	ブロッコリーの塩昆布和え	揚げ餃子	かぼちゃサラダ	チンゲン菜のじゃこ和え
局	大根ときゅうりの酢の物 プリン	温泉玉子ごま団子		グニュー ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃		かぼちゃサラダ パイン	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト
昼	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ	プロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁	揚げ餃子コーヒーゼリー	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt
昼食	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● 牛肉と野菜の黒胡椒炒め	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g アレルギー 「Ng 卵 乳 そば mat えび かに	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g アレルギー 「小麦 卵 乳 そば 新社 えび かに 「回鍋肉	プロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g アレルギー 「東 卵 乳 そば 無死主 えび かに	掲げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g アレルギー 「映 卵 乳 そば 新社 えび かに ・	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g アレルギー 「「痩 卵 乳 そば 無元主 えび かに	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー 「小麦 卵 乳 そば mex えび かに カニクリームコロッケ トマトソース
_ 食 	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g アレルギー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g アレルギー 「関係 別 元ば 新社 えび かに 回鍋肉 選べる小鉢	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g アレルギー 「Vig 卵 乳 そば 無死主 えび かに いかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g アレルギー ● *** *** *** *** *** *** *** *** ***	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g アレルギー 「現 卵 乳 そば MRE えび かに か 験	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g アレルギー ・ でさみチーズカツ さつま揚げとぜんまいの炒め煮 ライス	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g g アレルギー 回鍋肉 選べる小鉢 ライス	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g g アレルギー 「凌 ^{卵 乳 そば ※RE えび かに} いかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー ライス	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g g アレルギー ● マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g g アレルギー 「凌 卵 乳 そば mez えび かに か	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
一食	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g アレルギー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ツナマヨポテト フルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g アレルギー 「関係 別 元ば 新社 えび かに 回鍋肉 選べる小鉢	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g アレルギー 「Vig 卵 乳 そば 無死主 えび かに いかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g アレルギー ● *** *** *** *** *** *** *** *** ***	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g アレルギー 「現 卵 乳 そば MRE えび かに か 験	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
_ 食 	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● 牛肉と野菜の黒胡椒炒め おくらのお浸し ライス 椎茸と人参のおすまし	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g アレルギー □ でさみチーズカツ さつま揚げとぜんまいの炒め煮 ライス 根菜の味噌汁	ッナマヨポテトフルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g g アレルギー 1/1	ブロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g g アレルギー 「東京 別 元 日本 まび かに ハかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー ライス 白菜とチンゲン菜の中華スープ	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g g アレルギー プレルギー ですきチキンソテー 白菜ときのこの煮浸し ライス ほうれん草と玉葱のスープ E P F C Salt	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g g アレルギー 「東 卵 乳 そば 無理主 えび かに か か 別 カーマは 無理主 えび かに か か の カーマ か か の カーマ か の の カーマ か の の カーマ か の の カーマ か の の カーマ か の の カーマ か の の か の の の の の の の の の の の の の の の	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー 「「受 卵 乳 そば mext えび かに ● カニクリームコロッケ トマトソース ごぼうサラダ ライス 洋野菜のスープ E P F C Salt
一食	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g アレルギー ● 牛肉と野菜の黒胡椒炒め おくらのお浸し ライス 椎茸と人参のおすまし E P F C Salt	温泉玉子 ごま団子 春雨スープ E P F C Salt 746 21.4 20.6 121.4 4.4 kcal g g g g g アレルギー でさみチーズカツ さつま揚げとぜんまいの炒め煮 ライス 根菜の味噌汁 E P F C Salt	ッナマヨポテトフルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g g アレルギー ● □鍋肉 遅べる小鉢 ライス たまごスープ E P F C Salt	プロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g g アレルギー 「大き 卵 乳 そば 無定主 えび かに ハかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー ライス 白菜とチンゲン菜の中華スープ E P F C Salt	揚げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g g アレルギー プレルギー ・ セサミチキンソテー ・ ロ菜ときのこの煮浸し ライス ほうれん草と玉葱のスープ E P F C Salt	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g アレルギー 「壊 卵 乳 そば 無定主 えび かに か壊 卵 乳 そば 無定主 えび かに うイス 野菜中華スープ E P F C Salt	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー ● *** *******************************
一食	大根ときゅうりの酢の物 プリン もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt 801 24.3 22.2 127.6 4.9 kcal g g g g g アレルギー ・ *** *** ** ** ** ** ** ** **	はいます。 はいます はいます はいます はいます できる できる できる できる できます できます できます できます できます できます できます できます	ッナマヨポテトフルーチェ イチゴ E P F C Salt 792 15.0 24.5 132.8 4.0 kcal g g g g アレルギー 「回鍋肉 選べる小鉢 ライス たまごスープ E P F C Salt 895 25.7 26.7 143.1 4.2	プロッコリーの塩昆布和え 黄桃 もやしとわかめの味噌汁 E P F C Salt 743 25.2 14.7 130.3 4.3 kcal g g g g g アレルギー 「「痩 卵 乳 そば 無定主 えび かに いかの中華天ぷら薬味ソース バンサンスー ライス 白菜とチンゲン菜の中華スープ E P F C Salt 847 21.2 20.9 142.4 4.7	据げ餃子 コーヒーゼリー E P F C Salt 815 29.3 34.3 92.4 8.6 kcal g g g g g アレルギー 「*** *** *** *** *** *** *** *** *** *	かぼちゃサラダ パイン たまごスープ E P F C Salt 503 24.7 29.8 34.9 4.8 kcal g g g g アレルギー 「「壊 卵 乳 そば 新元主 えび かに かな ライス 野菜中華スープ E P F C Salt 931 29.5 35.4 127.7 4.3	チンゲン菜のじゃこ和え ヨーグルト わかめスープ E P F C Salt 636 19.4 19.2 92.7 8.2 kcal g g g g アレルギー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

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 Salt: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。