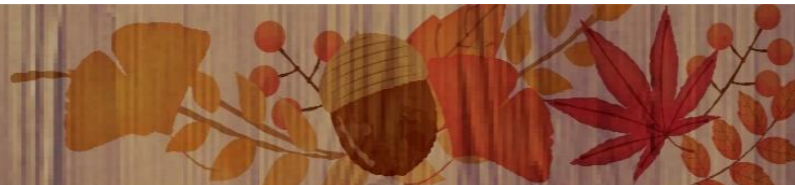




# Weekly Menu



日曜日	11月29日 (月)	11月30日 (火)	12月1日 (水)	12月2日 (木)	12月3日 (金)	12月4日 (土)	12月5日 (日)
朝食	A ライス 280g	A ライス 280g	A ライス 280g	A ライス 280g	A ライス 280g	A ライス 280g	A ライス 280g
	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン	B パン・ジャムorマーガリン
	A・B共通メニュー 豚肉とピーマンの炒め物 ブロッコリーのごま和え 野菜サラダ 玉葱とわかめの味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー チキンナゲット <b>NEW!</b> ハムと野菜のカレー炒め 野菜サラダ 大根と人参の味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー オムレツ れんこんの梅肉和え 野菜サラダ キャベツと焙煎のりの味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ハムカツ ごぼうサラダ 野菜サラダ 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ベーコンポテトバーグ 竹輪とキャベツの味噌マヨ和え 野菜サラダ もやしと人参の味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ゆで卵 小松菜と油揚げの煮浸し 野菜サラダ 白菜と人参の味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 鶏肉団子の甘酢あん マカロニサラダ 野菜サラダ 大根と油揚げの味噌汁 牛乳
	E P F C Salt 755 24.4 16.1 132.0 4.9 614 25.1 19.3 85.5 6.2 kcal g g g g	E P F C Salt 829 26.5 22.2 134.6 2.7 688 27.2 25.4 88.1 4.0	E P F C Salt 674 18.1 10.8 130.6 2.9 533 18.8 14.0 84.1 4.2	E P F C Salt 894 25.0 26.6 142.7 3.7 753 25.7 29.8 96.2 5.0	E P F C Salt 764 19.3 23.8 131.3 3.2 623 20.0 27.0 84.8 4.5	E P F C Salt 693 22.5 14.1 122.1 2.9 552 23.2 17.3 75.6 4.2	E P F C Salt 821 21.8 20.9 140.1 3.4 680 22.5 24.1 93.6 4.7
	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
昼食	牛丼 里芋の含め煮 プリン 椎茸と人参のおすまし	醤油ラーメン 春巻 フルーツヨーグルト	麻婆豆腐飯 白菜とツナのナムル ぶどうゼリー たまごスープ	かき玉うどん 竹輪の磯辺揚げ ブチシュー	中華丼 バンバンジー みかん わかめスープ	チキンカツ 切干大根のコールスローサラダ フルーチェ イチゴ <b>NEW!</b> シェルマカロニのスープ	ポークカレー かぼちゃのコロッケ 黄桃
	E P F C Salt 884 22.2 26.9 138.7 6.4 kcal g g g g	E P F C Salt 677 23.8 21.4 94.0 8.5	E P F C Salt 755 22.2 18.3 128.2 6.6	E P F C Salt 570 20.0 10.0 94.2 5.8	E P F C Salt 638 23.0 10.6 115.7 5.0	E P F C Salt 562 26.7 31.0 44.2 3.9	E P F C Salt 918 17.8 25.4 160.3 4.6
	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
夕食	<b>NEW!</b> 照り煮チキン ほうれん草のじゃこ和え ライス にらと卵のスープ	<b>NEW!</b> ヒレカツ さつま芋とピーンズのマヨサラダ ライス 野菜コンソメスープ	塩鶏肉じゃが 焼肉カルビ風メンチカツ ライス 小松菜と大根の味噌汁	鶏の唐揚げ 野菜のピーナッツ和え ライス オニオンスープ	まぐろカツ タルタルソース ひじきと枝豆の煮物 ライス 豚汁	ブルコギ 冷奴 ライス チンゲン菜ともやしのスープ	あじの天ぷら 五目巾着の煮物 ライス 春雨スープ
	E P F C Salt 888 43.3 27.0 119.4 4.4 kcal g g g g	E P F C Salt 939 27.7 27.0 150.4 2.6	E P F C Salt 1,002 33.0 33.4 146.2 3.3	E P F C Salt 887 40.8 29.9 117.1 2.6	E P F C Salt 972 31.0 33.5 139.9 4.0	E P F C Salt 844 25.5 29.0 125.0 1.8	E P F C Salt 859 32.1 21.5 135.3 4.8
	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 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	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに

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。