Weekly Menu

日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
曜日	月	火	水	木	金	土	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 鶏肉の味噌炒め 青梗菜とかにかまの和え物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ミートボール＆カニ巻き卵 筍のゆかり揚げ ミックスサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 魚肉ソーセージソテー ポテトサラダ 納豆 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー スクランブルエッグ シャキシャキごぼうサラダ 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー さわらの粕漬け焼き なすの和え物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー カレー肉じゃが 小松菜とハムの和え物 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ベーコンとキャベツのソテー ラタトゥイユ コールスローサラダ 味噌汁 牛乳
	E P F C Salt 826kcal 29.9g 21.3g 124.1g 3.4g	E P F C Salt 853kcal 28.3g 19.3g 138.2g 3.6g	E P F C Salt 829kcal 24.6g 21.6g 129.8g 5.0g	E P F C Salt 886kcal 22.3g 28.5g 131.6g 2.9g	E P F C Salt 850kcal 33.7g 18.2g 120.2g 3.8g	E P F C Salt 809kcal 27.1g 15.4g 136.1g 4.3g	E P F C Salt 761kcal 19.7g 20.6g 120.9g 3.0g
	578kcal 27.8g 27.9g 54.2g 4.8g	605kcal 26.2g 25.9g 68.3g 5.0g	581kcal 22.5g 28.2g 59.9g 6.4g	638kcal 20.2g 35.1g 61.7g 4.3g	602kcal 31.6g 24.8g 50.3g 5.2g	561kcal 25.0g 22.0g 66.2g 5.7g	513kcal 17.6g 27.2g 51.0g 4.4g
アレルギー	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 ● / えび かに ● / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに ● / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ ● / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ
昼食	豚キャベ丼 インゲンと油揚げの和え物 コーヒーゼリー 味噌	焼きうどん ミートコロッケ マスカットゼリー ゆかりご飯 コンソメスープ	鶏肉の照り焼き丼 ゆず大根 プリン 味噌汁	いわしの蒲焼き丼 ビーフンソテー はちみつレモンゼリー 味噌汁	温玉ボロネーゼ キャベツと蒸し鶏のコチジャンサラダ アセロラゼリー ご飯 コンソメスープ	ウインナーピラフチキンナゲット添え ブロッコリーと卵のﾏｽﾀｰﾄﾞｻﾗﾀﾞ みかんゼリー わかめとねぎの中華スープ	春のちらし寿司 切干大根とひじきの煮物 いちごショートケーキ そうめん汁
	E P F C Salt 986kcal 30.7g 19.9g 121.4g 4.3g	E P F C Salt 927kcal 27.4g 16.0g 170.9g 6.8g	E P F C Salt 911kcal 40.5g 27.5g 122.4g 4.7g	E P F C Salt 958kcal 27.0g 18.2g 150.7g 5.3g	E P F C Salt 971kcal 38.9g 13.7g 169.9g 6.3g	E P F C Salt 966kcal 20.8g 33.2g 121.7g 5.1g	E P F C Salt 897kcal 18.5g 7.3g 122.5g 4.7g
アレルギー	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに ● / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび ● かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ
夕食	ハッシュドビーフ 菜の花とじゃが芋のアリオリサラダ ご飯 味噌汁	黄金カレイの柚子こしょうソース 五目きんぴら ご飯 味噌汁	肉団子の中華炒め わかめとツナの中華和え ご飯 味噌汁	トマトハヤシライス 大根とツナのサラダ 杏仁豆腐	唐揚げ和風タルタル 若竹煮 ご飯 味噌汁	ジャージャン豆腐 根菜のマリネ ご飯 味噌汁	ダブルハンバーグ(デミ・クリーム) ほうれん草とえのきの和え物 ご飯 パンプキンスープ
	E P F C Salt 944kcal 34.0g 37.0g 112.0g 4.5g	E P F C Salt 962kcal 30.3g 12.1g 97.8g 3.1g	E P F C Salt 1000kcal 30.1g 25.7g 110.8g 5.6g	E P F C Salt 900kcal 21.1g 24.8g 122.2g 3.2g	E P F C Salt 965kcal 27.1g 41.9g 97.9g 4.8g	E P F C Salt 947kcal 36.0g 29.1g 102.1g 4.8g	E P F C Salt 994kcal 23.5g 11.9g 110.5g 3.6g
アレルギー	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 / 乳 / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご / バナナ	卵 / 乳 / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ	卵 ● / 乳 ● / 小麦 ● / そば / 落花生 / えび かに / オレンジ / キウイ / もも / りんご ● / バナナ

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。