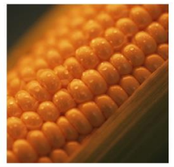
WEEKLY MENU



日 曜日	12月31日 (月)	1月1日 (火)	1月2日 (水)	1月3日 (木)	1月4日 (金)	1月5日 (土)	1月6日 (日)
朝食							
材料名							
栄養価							
A定食							
B定食							
昼食							
材料名							
栄養価							
定食							
夕食							
材料名							豚、鶏卵、ｷｬﾍﾞﾂ、玉葱、人参、 筍、ﾋﾟｰﾏﾝ、生姜、ﾆﾝﾆｸ、 牛蒡、大根、葱、ﾏﾖﾈｰｽﾞ、唐辛子、ｺﾞﾏ
栄養価							
A定食							
B定食							

	kcal
A 回鍋肉	326
B 豚肉と野菜のブラックペッパー塩炒め	285
A・B共通メニュー	kcal
ごぼうサラダ	68
ライス	470
たまごスープ	21

	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
A定食	885	25.1	25.3	4.4
B定食	844	22.3	26.4	3.4

いつもご利用いただきまして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。　西洋フード・コンパスグループ㈱