

Weekly Menu

日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8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 ミニハンバーグ かぶの塩昆布和え ピーマンサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ウインナーとスナップエンドウの炒め物 ポテトサラダ コールスローサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー さばの塩焼き おくらと梅肉和え 野菜サラダ 味噌汁 アップルジュース	A・B共通メニュー オムレツミートソース 納豆 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー グリルチキン ピーマンとやしの炒め物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ウインナーポトフ ペンネとアスパラのソテー 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー アジフライ スパゲティサラダ キャベツとツナの和え物 味噌汁 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
	1126kcal 30.2g 14.5g 215.9g 3.0g	1252kcal 31.0g 24.8g 223.4g 3.5g	1289kcal 31.3g 21.7g 236.9g 4.4g	1191kcal 34.5g 19.1g 215.9g 2.7g	1174kcal 33.3g 21.0g 209.1g 3.2g	1338kcal 34.3g 25.9g 238.9g 5.2g	1301kcal 33.6g 26.1g 227.2g 3.0g
アレルギー	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ
	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび
	●	●	●	●	●	●	●
昼食	韓国風ソーメン コロッセ マスカットゼリー ご飯	豚すき丼 イカリングフライ 芋ようかん 味噌汁	かき揚げそば ふきと薄切りの煮物 青りんご風ゼリー ご飯	のり白身丼 カリフラワーの塩炒め オレンジゼリー 味噌汁	揚げなすの冷やしおろしうどん 切干大根の煮物 いちごびろア ご飯	カルボナーラ オニオンサラダ ライチゼリー ご飯	五目チャーハン豆腐焼売添え 菜の花と蒸し鶏はん酢和え プリン 味噌汁
	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
	886kcal 21.8g 15.1g 165.8g 7.7g	823kcal 29.8g 15.8g 141.4g 5.8g	921kcal 23.9g 13.6g 177.3g 5.6g	835kcal 22.7g 22.0g 138.3g 5.0g	900kcal 21.3g 16.6g 166.8g 3.8g	1057kcal 30.4g 24.9g 174.2g 3.8g	833kcal 29.5g 14.8g 122.6g 5.5g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ
	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
夕食	豚肉の生姜焼き ひじきと豆のサラダ ご飯 味噌汁	鶏肉と野菜の甘酢あん 青梗菜のナムル ご飯 味噌汁	青じそおろし牛かつ いんげんとあげの和え物 ご飯 味噌汁	豚肉と厚揚げの辛味噌炒め ほうれん草としらすの和え物 ご飯 味噌汁	カツカレー チンゲン菜と春雨の中華サラダ 杏仁豆腐	タンダーポーク 小松菜とちくわのピーナッツ和え ご飯 味噌汁	メンチカツデミソースかけ パンパキンサラダ ご飯 味噌汁
	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
	845kcal 34.1g 22.0g 102.5g 4.3g	917kcal 25.3g 29.3g 114.9g 3.7g	867kcal 19.8g 15.9g 111.7g 4.2g	890kcal 36.8g 26.8g 100.2g 5.7g	848kcal 27.0g 20.0g 215.1g 4.8g	850kcal 26.1g 21.0g 91.4g 3.3g	977kcal 22.3g 44.4g 121.9g 3.6g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スギ
	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
アレルギー	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび	ごま コショウ粉 アーモンド くまひ あびび
	●	●	●	●	●	●	●

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。