

Weekly Menu

日	8月11日					8月12日					8月13日					8月14日					8月15日					8月16日					8月17日					
曜	月					火					水					木					金					土					日					
朝食	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																														
	A・B共通メニュー ミニハンバーグ ブロッコリーとコーンのマヨ和え 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー 目玉焼き&ウインナー ジャーマンポテト コールスローサラダ 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	
	1138kcal	31.2g	21.5g	201.6g	2.7g	1201kcal	32.8g	28.3g	198.5g	3.0g																										
890kcal 29.1g 28.1g 131.7g 4.1g					953kcal 30.7g 34.9g 128.6g 4.4g																															
アレルギー	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	
	ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび	
昼食	ねばねば冷やしそば ちくわのチーズ焼き ココアワッフル ご飯																																			
	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	
	914kcal	31.5g	13.7g	167.3g	3.7g																															
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび
アレルギー	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	
	ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび	
	●						●						●						●						●						●					
夕食	チキンソテー・ハニーマスタードソース キャベツともやしのお浸し 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	
	963kcal	37.1g	29.7g	110.1g	4.5g																															
	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび
アレルギー	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	
	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	●	か	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	
	ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび		ごま	ココナツ	アーモンド	くるみ	あわび	
	●						●						●						●						●						●					

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。