

Weekly Menu

日		11月24日					11月25日					11月26日					11月27日					11月28日					11月29日					11月30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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
	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		厚焼き玉子 & ウィナー 切干大根の煮物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		鶏肉とじゃがいものヤンニョム炒め ひじきとさつま揚げの煮物 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 コーンポテトサラダ 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		白身魚の蒲焼き 刻み昆布の炒め煮 大根サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		マスタードチキン 五目豆とちくわの煮物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		スパニッシュオムレツ うまい菜と蒸し鶏の和え物 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		豚肉のごまだれ スナックエンドウと木耳の炒め物 納豆 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	E	P	F	C	Salt																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
	1292kcal	32.5g	30.9g	216.7g	3.1g	1379kcal	39.9g	30.9g	230.1g	3.8g	1237kcal	31.4g	21.7g	225.8g	5.0g	1270kcal	43.8g	21.9g	219.3g	3.7g	1364kcal	45.2g	34.0g	212.1g	3.0g	1200kcal	34.2g	19.2g	217.7g	3.4g	1246kcal	39.2g	25.1g	213.1g	3.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
		1044kcal 30.4g 37.5g 146.8g 4.5g							1131kcal 37.8g 37.5g 160.2g 5.2g							989kcal 29.3g 28.3g 155.9g 6.4g							1022kcal 41.7g 28.5g 149.4g 5.1g							1116kcal 43.1g 40.6g 142.2g 4.4g							952kcal 32.1g 25.8g 147.8g 4.8g							998kcal 37.1g 31.7g 143.2g 4.6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
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	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ	か	オレンジ	キウイ	もも	りんご	バナナ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
	ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ	あじふ		ごま	カシューナッツ	アーモンド	くろみ

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。