Weekly Menu

日	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10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 かに玉チリソース ハムとポテトのソテー 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 鶏肉のカレー風味焼き 大豆とツナの野菜ソテー 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー マスの塩焼き 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 ボロニアソーセージステーキ コーンポテトサラダ 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー しめじと玉ねぎの炒り卵 湯葉と昆布の和え物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ビーフンソテー 納豆 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ポテトのソテー ウインナーソテー コーンサラダ 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
	956kcal 23.5g 35.9g 132.9g 4.2g	824kcal 32.0g 24.9g 115.7g 3.4g	727kcal 31.1g 14.8g 116.0g 2.5g	898kcal 25.7g 31.0g 127.1g 4.0g	769kcal 25.4g 19.2g 120.8g 3.2g	778kcal 27.7g 17.2g 126.5g 2.9g	919kcal 24.5g 33.7g 126.6g 3.5g
	708kcal 21.4g 42.5g 63.0g 5.6g	576kcal 29.9g 31.5g 45.8g 4.8g	479kcal 29.0g 21.4g 46.1g 3.9g	650kcal 23.6g 37.6g 57.2g 5.4g	521kcal 23.3g 25.8g 50.9g 4.6g	530kcal 25.6g 23.8g 56.6g 4.3g	671kcal 22.4g 40.3g 56.7g 4.9g
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 ● ●
	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ ●	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ
昼食	豚肉の高菜丼 いんげんの白ごま和え フライドポテト 味噌汁	エビピラフ キャベツと海草のサラダ ストロベリーゼリー 味噌汁	肉うどん 揚げ里芋のごま和え みかんゼリー ご飯	七夕ちらし寿司 刻み昆布の炒め煮 みつ豆 清まし汁	冷やし中華 揚げ餃子 りんご ご飯	パーコー丼 たぬき冷奴 プリン 清まし汁	夏野菜ナポリタン チキンナゲット バナナ 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
	774kcal 28.5g 26.0g 103.6g 6.4g	517kcal 16.8g 4.1g 100.4g 4.3g	942kcal 29.0g 12.2g 178.4g 6.9g	524kcal 15.8g 4.8g 102.0g 5.2g	932kcal 24.2g 12.4g 177.7g 6.1g	909kcal 30.4g 32.2g 118.8g 6.2g	1177kcal 30.9g 22.6g 204.9g 3.2g
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 ● ● ●
	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ
夕食	ハンバーグハニーマスタードソース キャベツとツナのマリネ ご飯 味噌汁	旨辛鶏唐揚げ 長芋となめこの酢の物 ご飯 味噌汁	カラフル豚焼肉 えのきと山菜の和え物 ご飯 味噌汁	マトウダイのムニエルトマトソース 小松菜とかにかまの和え物 ご飯 味噌汁	豚肉とごぼうの卵とじ 白菜のゆかり和え ご飯 味噌汁	鶏肉のバター醤油 茎わかめと玉ねぎの和え物 ご飯 味噌汁	ビーフカレー キャベツとちくわの和え物 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
	854kcal 29.3g 21.0g 133.3g 5.0g	882kcal 31.8g 31.6g 114.8g 2.9g	717kcal 26.8g 14.8g 116.3g 5.0g	636kcal 31.2g 3.8g 117.1g 4.4g	745kcal 26.1g 16.7g 117.7g 4.7g	786kcal 32.3g 23.7g 110.5g 3.7g	1055kcal 22.3g 15.5g 199.4g 6.2g
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 ● ● ●
	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ ●	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ ●	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	かに オレンジ キウイ もも りんご バナナ	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。