Weekly Menu

日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日	7月17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 魚肉ソーセージソテー キャベツとツナのマリネ 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 白菜の挽肉炒め ジャーマンポテト 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ポパイスクランブルエッグ ラタトゥイユ 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ミートボール キャベツと卵のソテー 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー さわらの粕漬け焼き ソーセージと野菜のソテー 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 厚焼き玉子 筑前煮 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ロールキャベツ ビーフンソテー コーンサラダ 味噌汁 牛乳
	E / P / F / C / Salt 788kcal / 24.0g / 20.1g / 125.1g / 4.8g	E / P / F / C / Salt 774kcal / 24.8g / 17.8g / 125.9g / 3.4g	E / P / F / C / Salt 754kcal / 20.8g / 20.3g / 119.7g / 3.1g	E / P / F / C / Salt 778kcal / 27.0g / 15.4g / 128.5g / 3.4g	E / P / F / C / Salt 787kcal / 32.4g / 18.8g / 117.5g / 3.2g	E / P / F / C / Salt 751kcal / 25.3g / 15.0g / 125.6g / 3.2g	E / P / F / C / Salt 735kcal / 22.9g / 14.6g / 125.1g / 3.8g
	540kcal / 21.9g / 26.7g / 55.2g / 6.2g	526kcal / 22.7g / 24.4g / 56.0g / 4.8g	506kcal / 18.7g / 26.9g / 49.8g / 4.5g	530kcal / 24.9g / 22.0g / 58.6g / 4.8g	539kcal / 30.3g / 25.4g / 47.6g / 4.6g	503kcal / 23.2g / 21.6g / 55.7g / 4.6g	487kcal / 20.8g / 21.2g / 55.2g / 5.2g
アレルギー	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	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	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	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	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	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	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
昼食	ソースカツ丼 マカロニサラダ アセロラゼリー チンゲン菜の中華スープ	豚肉となすのトマトスパゲティ ブロッコリーと卵のサラダ フルーツ ご飯 コンソメスープ	オムライスチーズトマトソース きのこと蒸し鶏のガリバタ炒め マスカットゼリー 味噌汁	塩ラーメン 白菜の生姜和え はちみつレモンゼリー ご飯 味噌汁	ごまごま焼き鳥丼 ナムル フルーツカクテル 味噌汁	カレーうどん ごぼうサラダ フルーツ（ミカン缶） ご飯 味噌汁	ウインナーピラフ 揚げ焼売 フルーツ（パイン） 中華たまごスープ
	E / P / F / C / Salt 1302kcal / 30.9g / 22.6g / 233.8g / 5.0g	E / P / F / C / Salt 997kcal / 30.8g / 25.2g / 155.9g / 3.6g	E / P / F / C / Salt 1292kcal / 29.5g / 22.3g / 235.4g / 5.6g	E / P / F / C / Salt 798kcal / 24.8g / 13.0g / 143.9g / 11.4g	E / P / F / C / Salt 914kcal / 39.6g / 29.1g / 121.8g / 6.4g	E / P / F / C / Salt 826kcal / 20.0g / 20.0g / 142.6g / 9.1g	E / P / F / C / Salt 1104kcal / 24.6g / 16.4g / 205.2g / 4.0g
アレルギー	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	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	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	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	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	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 ●	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
夕食	白身魚のムニエルバターソース ５品目の胡麻和え ご飯 味噌汁	チキン南蛮 青梗菜の辛子和え ご飯 味噌汁	鯖のおろしポン酢 里芋と厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁	豚肉の味噌炒め 卵の花和え ご飯 清まし汁	牛肉コロッケ＆エビフライ 京風白和え ご飯 味噌汁	チキンカツ煮 白菜のごま和え ご飯 味噌汁	白身魚のグラタン焼き 小松菜と油揚げの辛子和え ご飯 味噌汁
	E / P / F / C / Salt 715kcal / 26.7g / 15.0g / 116.3g / 3.5g	E / P / F / C / Salt 966kcal / 31.7g / 41.5g / 114.5g / 4.1g	E / P / F / C / Salt 917kcal / 31.7g / 29.9g / 126.5g / 4.5g	E / P / F / C / Salt 823kcal / 33.7g / 22.5g / 116.9g / 5.2g	E / P / F / C / Salt 818kcal / 21.0g / 22.0g / 130.8g / 3.2g	E / P / F / C / Salt 843kcal / 30.3g / 19.8g / 131.3g / 5.0g	E / P / F / C / Salt 713kcal / 30.9g / 12.2g / 114.0g / 3.5g
アレルギー	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	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	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	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	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	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	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

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。