



# Weekly Menu

日曜日	6月26日 月					6月27日 火					6月28日 水					6月29日 木					6月30日 金					7月1日 土					7月2日 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																
	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 ミートボールデミソース ひじき炒り豆腐 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 菜の花とあさりの炒め物 大根サラダ 味噌汁 オレンジジュース					A・B共通メニュー オムレツミートソース アスパラとコーンのソテー 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー 鮭の塩焼き わかめと蒲鉾のごま酢和え 大根サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー ポロニアムソテー いんげんとちくわの和え物 野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー 魚肉ソーセージソテー ポテトサラダ 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー アジフライ 白菜の煮浸し 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																
	981kcal 72.3g 88.8g 153.5g 3.6g					1048kcal 210.5g 203.7g 168.6g 4.8g					946kcal 243.1g 211.4g 149.9g 3.1g					810kcal 115.7g 71.6g 188.2g 2.7g					850kcal 33.7g 87.9g 191.2g 4.0g					973kcal 164.9g 144.9g 158.3g 5.0g					874kcal 65.6g 57.5g 177.5g 3.1g											
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	柚子塩ラーメン 揚げ餃子 紅茶ゼリー コーンと枝豆の混ぜご飯					そぼろ丼 五目豆と山菜の煮物 レモンゼリー 味噌汁					豚キャベ丼 茎わかめのナムル みかんゼリー 味噌汁					とり天冷やしうどん 青梗菜とエリンギのオイスター炒め プリン ゆかりご飯					ポークカレー イタリアンパスタサラダ マンゴーヨーグルト キャベツのコンソメスープ					和風ハンバーグ丼 パンキンサラダ おいしいカルシウムヨーグルト 味噌汁					和風カニ玉丼 なすとピーマンのみそ炒め フルーツカクテル 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																
	908kcal 56.6g 56.0g 174.0g 8.5g					1123kcal 269.7g 259.9g 144.5g 4.9g					998kcal 161.8g 153.5g 198.5g 4.9g					958kcal 101.2g 91.0g 207.2g 5.7g					906kcal 49.7g 38.4g 175.9g 4.9g					1078kcal 54.6g 33.0g 247.7g 5.7g					897kcal 480.3g 472.7g 234.6g 5.2g											
	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	油淋鶏(揚鶏の香味だれ) わかめとツナの中華和え ご飯 味噌汁					白身魚のレモンペッパー焼き じゃが芋とベーコンのバター醤油炒め ご飯 味噌汁					ビーフンチャー キャベツと春雨の塩炒め ご飯 味噌汁					チキンの香草焼き 厚揚げと大根の味噌煮 ご飯 味噌汁					生姜焼き カリフラワーのマヨ醤油和え ご飯 味噌汁					牛肉豆腐 モロヘイヤとえのきのお浸し ご飯 味噌汁					鶏肉のバジル炒め 小松菜としらすの和え物 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																
	944kcal 34.0g 59.6g 130.4g 4.8g					962kcal 30.3g 114.9g 122.7g 4.4g					1000kcal 30.1g 121.7g 180.1g 5.3g					900kcal 237.3g 238.9g 279.8g 4.0g					965kcal 115.0g 116.6g 179.3g 4.6g					947kcal 124.2g 124.3g 182.5g 6.6g					994kcal 210.4g 197.9g 249.5g 3.8g											
	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。