

Weekly Menu

日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日
曜	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 ハッシュドポテトのミートソース焼き 蒸し鶏とパプリカの彩り和え 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 白身魚と豆腐のふわり天の煮物 キャベツとスナップエンドウの炒め ミックスサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 厚焼き玉子 & レンコンはさみ揚げ ブロッコリーとベーコンのソテー 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー マスの味噌マヨ焼き かぶの蟹あんかけ 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 豚肉の柳川煮 ジャーマンポテト 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ウインナーと野菜のケチャップ炒め きゅうりの塩昆布和え 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ベーコンとキャベツのクリーム煮 ナポリタン 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
	1158kcal 32.4g 19.0g 211.1g 3.7g	1070kcal 26.7g 12.6g 210.2g 6.8g	1271kcal 32.3g 33.2g 207.0g 3.6g	1190kcal 37.3g 25.1g 199.3g 4.0g	1214kcal 38.3g 22.1g 209.3g 4.5g	1210kcal 31.8g 28.7g 202.9g 4.1g	1227kcal 28.9g 29.1g 208.2g 3.9g
アレルギー	910kcal 30.3g 25.6g 141.2g 5.1g	822kcal 24.6g 19.2g 140.3g 8.2g	1023kcal 30.2g 39.8g 137.1g 5.0g	942kcal 35.2g 31.7g 129.4g 5.4g	966kcal 36.2g 28.7g 139.4g 5.9g	962kcal 29.7g 35.3g 133.0g 5.5g	979kcal 26.8g 35.7g 138.3g 5.3g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
昼食	酸辣そうめん & 茎わかめとゆかりのごはん チキンナゲット チョコアイス風デザート	鶏肉のにんにくがし醤油ご飯 小松菜とれんこんの辛子和え ぶどうゼリー コンソメスープ	焼き鳥丼 キャベツとかまぼこの和え物 みかんゼリー 味噌汁	とんこつラーメン アスパラのピーナッツ和え いちごクレープ ご飯	いわし蒲焼丼 青梗菜とエリンギのオイスター炒め 杏仁豆腐 味噌汁	焼豚丼 小松菜ともやしのしらす和え プリン 味噌汁	台湾まぜめし 豆腐とわかめのサラダ バナナ 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
	945kcal 28.8g 24.2g 154.2g 8.5g	847kcal 27.9g 23.4g 132.5g 5.7g	827kcal 33.4g 18.7g 130.1g 5.3g	908kcal 26.9g 13.6g 145.9g 7.0g	826kcal 26.4g 11.8g 127.2g 4.4g	850kcal 34.3g 16.4g 115.0g 3.3g	927kcal 32.1g 24.4g 122.4g 5.2g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
夕食	ササミチーズカツ カリフラワーのカレーソー ご飯 味噌汁	チンジャオロース かぼちゃのごま煮 ご飯 味噌汁	豚肉のごまだれ冷やししゃぶしゃぶ じゃが芋のそぼろあん ご飯 味噌汁	黒毛和牛コロッケ & ハンバーグ 枝豆ポテトサラダ ご飯 味噌汁	野菜ビーフカレー ツナマカロニサラダ 青梅ゼリー	チキンソテー 柚子ごしょうおろし 切干大根の煮物 ご飯 味噌汁	かつ煮 うまい菜と油揚げの和え物 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
	853kcal 22.7g 15.4g 107.6g 3.3g	833kcal 31.6g 10.4g 104.2g 4.4g	897kcal 28.2g 18.6g 105.1g 3.1g	951kcal 22.7g 19.2g 121.5g 4.1g	936kcal 14.8g 16.5g 133.3g 4.0g	864kcal 30.6g 19.4g 90.5g 3.1g	807kcal 30.3g 23.9g 117.2g 4.8g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイ

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。