

Weekly Menu

		11月4日					11月5日					11月6日					11月7日					11月8日					11月9日					11月10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		オムレットマトソース 刻み昆布の炒め煮 青梗菜と海草のドレ和え 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		おろし豆腐ハンバーグ 切干大根の煮物 大根サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		ロールキャベツ コーンポテトサラダ 茹卵 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		チキンナゲット スナックエンドウと卵のソデー コールスローサラダ 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 キャベツとツナのマリネ 野菜サラダ 味噌汁 ピクニックフルーツ					A・B共通メニュー		目玉焼き マカロニサラダ 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳					A・B共通メニュー		あじの塩焼き キャベツと人参のピリ辛炒め 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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
	1130kcal		29.3g	16.3g	212.5g	2.9g	1288kcal		31.2g	30.1g	227.9g	3.6g	1181kcal		29.3g	16.4g	226.9g	4.4g	1292kcal		35.8g	29.6g	216.1g	2.9g	1267kcal		30.8g	25.8g	223.8g	4.0g	1171kcal		29.5g	16.9g	220.5g	2.8g	1162kcal		39.8g	15.2g	212.4g	3.8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
882kcal		27.2g	22.9g	142.6g	4.3g	1040kcal		29.1g	36.7g	158.0g	5.0g	933kcal		27.2g	23.0g	157.0g	5.8g	1044kcal		33.7g	36.2g	146.2g	4.3g	1019kcal		28.7g	32.4g	153.9g	5.4g	923kcal		27.4g	23.5g	150.6g	4.2g	914kcal		37.7g	21.8g	142.5g	5.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
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	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ	かに	オレンジ	キウイ	りんご	りんご	バナナ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま	あじ	あじ	ごま	パセリ	アーモンド	くま

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。