

Weekly Menu

日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23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 肉団子の甘酢あん じゃが芋ときのこのベーコン炒め 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー えびとチンゲン菜の炒め物 ナポリタン ミックスサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー スパニッシュオムレツ 卵の花 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 肉じゃが キャベツとツナのマリネ 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 鶏肉と白菜の塩炒め かに焼売 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 野菜入りスクランブルエッグ ブロッコリーのガーリック炒め 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ハッシュドポテトのツナマヨ焼き ラタトゥイユ 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
	1349kcal 37.2g 30.5g 228.9g 3.8g	1160kcal 29.7g 16.1g 220.2g 3.5g	1233kcal 33.5g 21.0g 222.4g 3.4g	1231kcal 34.6g 18.6g 226.9g 4.2g	1266kcal 32.9g 26.9g 219.2g 3.1g	1191kcal 29.1g 22.6g 214.3g 3.1g	1343kcal 30.7g 30.8g 232.9g 3.6g
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
	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ
	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび
昼食	さばの蒲焼き丼 パンブキンサラダ はちみつレモンゼリー 味噌汁	温玉のせせぼろ丼 里芋の柚子みそがけ ミニたいやき 味噌汁	チキンとマッシュルームのクリームスパゲティ 小松菜とかにかまの和え物 レモンゼリー ご飯	回鍋肉丼 菜の花と卵の炒め物 プリン 味噌汁	カレーうどん スナックエンドウとベーコンの炒め物 フルーツヨーグルト ご飯	挽肉と玉子のチャーハン 揚げ餃子 いちごババロア 味噌汁	洋風まぜそば 青梗菜としめじの和え物 コーヒゼリー 鯛めし
	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
	1031kcal 26.6g 31.2g 158.5g 4.8g	920kcal 33.8g 25.2g 138.5g 5.3g	982kcal 27.3g 17.5g 175.5g 2.7g	859kcal 27.2g 18.5g 123.3g 4.6g	948kcal 23.3g 18.4g 173.5g 7.8g	809kcal 24.5g 23.8g 124.0g 4.4g	1164kcal 37.9g 27.1g 192.1g 8.0g
	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
	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ
夕食	豚肉の生焼焼き カリフラワーのピーナツ和え ご飯 味噌汁	おろしチキンカツ いんげんのおかか和え ご飯 味噌汁	シャキシャキレタスのスープ水餃子 春雨サラダ ご飯 味噌汁	卒業パーティー きのこオクラの和え物 わかめごはん バイキングメニュー	牛皿 きのこオクラの和え物 わかめごはん 味噌汁	とんこつ醤油ちゃんこ うまい菜と油揚げの和え物 ご飯 味噌汁	銀ひらすの照り焼き 切り干し大根のかき揚げ 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
	887kcal 31.7g 16.5g 103.3g 4.3g	845kcal 37.0g 24.3g 118.9g 4.6g	861kcal 18.3g 22.2g 122.1g 5.8g	1200kcal 38.3g 9.8g 89.4g 2.2g	872kcal 21.6g 24.7g 94.8g 6.6g	890kcal 28.5g 29.7g 107.0g 5.3g	802kcal 28.0g 12.6g 92.4g 2.0g
	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
	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ	かにかい オレンジ キウイ ちりめん バナナ
アレルギー	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび	ごま コショウナツ アーモンド くらみ あわび

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。