

# Weekly Menu

| 日     | 3月31日                                    | 4月1日                                     | 4月2日                                     | 4月3日                                                   | 4月4日                                                               | 4月5日                                                     | 4月6日                                                             |
|-------|------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 曜日    | 月                                        | 火                                        | 水                                        | 木                                                      | 金                                                                  | 土                                                        | 日                                                                |
| 朝食    | A<br>ライス 280g                            | A<br>ライス 280g                            | A<br>ライス 280g                            | A<br>ライス 280g                                          | A<br>ライス 280g                                                      | A<br>ライス 280g                                            | A<br>ライス 280g                                                    |
|       | B<br>パン・ジャム or マーガリン                     | B<br>パン・ジャム or マーガリン                     | B<br>パン・ジャム or マーガリン                     | B<br>パン・ジャム or マーガリン                                   | B<br>パン・ジャム or マーガリン                                               | B<br>パン・ジャム or マーガリン                                     | B<br>パン・ジャム or マーガリン                                             |
|       | A・B共通メニュー                                | A・B共通メニュー                                | A・B共通メニュー                                | A・B共通メニュー<br>ミニハンバーグ<br>ジャーマンポテト<br>野菜サラダ<br>味噌汁<br>牛乳 | A・B共通メニュー<br>ポロニアソーセージステーキ<br>うまい菜と人参のごま和え<br>マカロニサラダ<br>味噌汁<br>牛乳 | A・B共通メニュー<br>あじの蒲焼き<br>ひじきとれんこんの煮物<br>大根サラダ<br>味噌汁<br>牛乳 | A・B共通メニュー<br>オムレツミートソース<br>チキンナゲット<br>菜の花の辛子マヨネーズ和え<br>味噌汁<br>牛乳 |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>1180kcal 31.6g 17.2g 220.7g 3.2g       | E P F C Salt<br>1172kcal 34.1g 18.2g 218.5g 3.2g                   | E P F C Salt<br>1302kcal 39.0g 26.6g 220.3g 3.4g         | E P F C Salt<br>1193kcal 32.3g 20.9g 214.5g 2.9g                 |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>932kcal 29.5g 23.8g 150.8g 4.6g        | E P F C Salt<br>924kcal 32.0g 24.8g 148.6g 4.6g                    | E P F C Salt<br>1054kcal 36.9g 35.2g 150.4g 4.8g         | E P F C Salt<br>945kcal 30.2g 27.5g 144.6g 4.3g                  |
| 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                                                 |
|       | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                            | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                          |
|       | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                  | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                              | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                            |
| 昼食    |                                          |                                          |                                          | かき揚げうどん<br>5品目の胡麻和え<br>ミニたいやき<br>鶏ごぼうご飯                | 挽肉と玉子のチャーハン揚げ餃子添え<br>ブロックのツナマリネ<br>はちみつレモンゼリー<br>コンソメスープ           | タンメン<br>海鮮焼売<br>アセロラゼリー<br>ご飯                            | 麻婆丼<br>チンゲン菜と春雨の中華サラダ<br>蒲団<br>味噌汁                               |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>898kcal 20.5g 14.9g 171.4g 7.4g        | E P F C Salt<br>809kcal 23.8g 21.9g 131.1g 4.6g                    | E P F C Salt<br>816kcal 28.2g 16.9g 139.6g 8.1g          | E P F C Salt<br>818kcal 25.8g 21.1g 106.5g 4.6g                  |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>943kcal 35.1g 26.3g 115.4g 3.2g        | E P F C Salt<br>1026kcal 23.4g 49.9g 118.8g 4.8g                   | E P F C Salt<br>1021kcal 29.3g 44.4g 128.3g 5.8g         | E P F C Salt<br>882kcal 18.8g 10.3g 130.0g 4.3g                  |
| 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                                                 |
|       | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                            | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                          |
|       | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                  | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                              | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                            |
| 夕食    |                                          |                                          |                                          | チキンステーキバター醤油ソース<br>小松菜ともやしのしらす和え<br>ご飯<br>味噌汁          | 黒酢豚<br>茄子のおかか和え<br>ご飯<br>味噌汁                                       | 牛肉とごぼうの卵とし<br>野菜コロッケ<br>ご飯<br>味噌汁                        | ポークカレー<br>蒸し鶏とキャベツのサラダ<br>オレンジゼリー                                |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>943kcal 35.1g 26.3g 115.4g 3.2g        | E P F C Salt<br>1026kcal 23.4g 49.9g 118.8g 4.8g                   | E P F C Salt<br>1021kcal 29.3g 44.4g 128.3g 5.8g         | E P F C Salt<br>882kcal 18.8g 10.3g 130.0g 4.3g                  |
|       | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g | E P F C Salt<br>943kcal 35.1g 26.3g 115.4g 3.2g        | E P F C Salt<br>1026kcal 23.4g 49.9g 118.8g 4.8g                   | E P F C Salt<br>1021kcal 29.3g 44.4g 128.3g 5.8g         | E P F C Salt<br>882kcal 18.8g 10.3g 130.0g 4.3g                  |
| 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                                                 |
|       | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                            | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                  | かき オレンジ キウイ ぶどう りんご パナナ                                          |
|       | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                    | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                  | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                              | ごま コショウ アーモンド くらげ あわび                                    | ごま コショウ アーモンド くらげ 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。