

Weekly Menu

日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27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 豆腐のそぼろあん 刻み昆布の炒め煮 枝豆ポテトサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ミートボール & カニ巻き卵 菜の花と人参の和え物 納豆 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ハムソーセージ & フライドポテト マカロニサラダ 野菜サラダ 味噌汁 アップルジュース	A・B共通メニュー 豚肉の照り焼き きゅうりのおかか和え 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 魚肉ソーセージステーキ ひじきと人参のキヌア入りサラダ 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ポロニアソーセージステーキ ナポリタン 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー スパニッシュオムレツ しらたきツナマヨ 梅しらす奴 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
	1274kcal 36.4g 24.2g 223.8g 4.8g	1226kcal 36.8g 17.3g 229.5g 3.8g	1183kcal 23.7g 16.1g 231.5g 2.3g	1215kcal 37.8g 22.8g 210.7g 2.7g	1185kcal 31.6g 18.5g 219.6g 4.6g	1221kcal 34.3g 21.6g 222.5g 3.6g	1257kcal 33.3g 26.6g 216.4g 3.5g
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 もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ
昼食	親子丼 いんげんとしらすの和え物 杏仁豆腐 味噌汁	ちくわ天そば 菜の花とじゃが芋のアオリサラダ みかんゼリー わかめご飯	豚肉とアスパラの和風スパゲティ チリコンカン コーヒゼリー ご飯	鶏肉のスタミナ丼 もやしとカニカマの和え物 プリン 味噌汁	豚キムチチャーハン シャキシャキごぼうサラダ ストロベリーゼリー 味噌汁	豚すき丼 ほうれん草のおろしポン酢和え クレープ 味噌汁	とりめし 筍の南部揚げ 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
	838kcal 28.8g 16.0g 118.6g 5.0g	946kcal 28.8g 18.5g 168.9g 8.0g	928kcal 28.6g 12.5g 170.9g 2.7g	940kcal 26.4g 16.0g 124.0g 5.1g	863kcal 21.4g 20.4g 122.8g 4.2g	897kcal 24.0g 34.2g 128.9g 5.6g	855kcal 33.3g 23.7g 125.5g 5.8g
	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
	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
夕食	秋鮭フライ さつま揚げとぜんまいの煮物 ご飯 味噌汁	チキン南蛮オーロラソース 南瓜の煮物 ご飯 味噌汁	牛肉と厚揚げの中華炒め きゃべつと小えびの和え物 ご飯 味噌汁	ロールキャベツのトマト煮 小松菜と蓮根の生和え ご飯 味噌汁	チーズキーマカレー ブロッコリーと卵のマスタードサラダ フルーチェ(ピーチ)	白身魚のマヨ焼き 大根の蟹あんかけ ご飯 味噌汁	ポークカツデミグラスソース 白菜の塩麹和え 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
	814kcal 23.8g 14.1g 123.5g 3.9g	943kcal 26.6g 37.5g 150.6g 5.2g	893kcal 33.5g 33.5g 118.4g 4.9g	908kcal 21.2g 11.1g 133.0g 5.9g	895kcal 25.1g 24.7g 119.0g 4.3g	862kcal 35.7g 18.2g 117.8g 5.3g	928kcal 25.9g 22.6g 130.8g 3.4g
	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 もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ	かき オレンジ キウイ もも りんご パナナ
アレルギー	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ	ごま コショウ アーモンド くまみ あじ

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。