

Weekly Menu

日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4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 五目野菜の肉団子 ごぼうのごまマヨ和え 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 青梗菜としめじのお浸し ミックスサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー スクランブルエッグ&ウインナー 春雨サラダ 納豆 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 豚肉とこんにゃくの炒め煮 ゆず大根 バナナ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ミニハンバーグ マカロニソテー 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ハムソテー & フライドポテト スパゲティサラダ 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ポトフ ひじきの煮物 コールスローサラダ 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
	1277kcal 34.2g 31.0g 210.8g 3.7g	1139kcal 29.4g 17.3g 214.4g 6.3g	1170kcal 30.6g 24.6g 202.2g 3.7g	1121kcal 33.0g 16.6g 206.1g 3.7g	1132kcal 30.5g 16.4g 210.8g 3.1g	1215kcal 29.0g 27.6g 202.2g 2.8g	1159kcal 33.0g 20.0g 209.6g 4.5g
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 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	回鍋肉丼 茄子のあんかけ アセロラゼリー 味噌汁	三色丼 スナッPEndウとベーコンの炒め物 マスカットゼリー 味噌汁	近江風ちゃんぽん 揚げ餃子 プリン ご飯	温玉唐揚げ丼 もやしとほうれん草のナムル はちみつモンゼリー 清まし汁	ツナピラフウインナー添え ちくわときゅうりの梅美和え パニラパロア 味噌汁	焼き鳥とろろ丼 冷奴 ラ・フランスゼリー 味噌汁	塩ラーメン スパイシーチキンサラダ ロールケーキ(マンゴー) ご飯
	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
	906kcal 28.4g 23.1g 121.1g 4.4g	861kcal 28.6g 29.4g 123.3g 5.1g	854kcal 30.8g 19.5g 141.5g 8.2g	1177kcal 40.6g 49.8g 138.4g 6.2g	1070kcal 32.5g 20.4g 190.9g 5.7g	896kcal 36.0g 23.5g 108.6g 5.7g	908kcal 32.7g 24.6g 139.6g 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
夕食	肉巻きフライ&コロッケ 菜の花の和え物 ご飯 味噌汁	どり辛ごま生巻焼き わかめとツナの中華和え ご飯 味噌汁	絹ホックの一夜干し 五目豆とおからの和え物 ご飯 味噌汁	ポークチャップ キャベツとインゲンの和え物 ご飯 味噌汁	ビーフシチュー 茹で豚の辛味噌だれサラダ ご飯	カレー豚肉じゃが 大学南瓜 ご飯 味噌汁	鶏肉と厚揚げのオイスター炒め 小松菜のお浸し ご飯 コーンスープ
	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
	844kcal 16.4g 14.5g 113.6g 3.4g	849kcal 30.0g 15.4g 98.4g 5.0g	829kcal 34.6g 13.8g 89.3g 4.0g	811kcal 27.6g 11.3g 99.4g 3.2g	811kcal 19.9g 32.2g 115.1g 4.1g	1001kcal 22.6g 32.2g 159.8g 6.1g	860kcal 33.7g 30.6g 113.1g 5.0g
	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
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。