

Weekly Menu

日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日
期日	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 ロールキャベツ 五目豆と小松菜のポン酢和え コールスローサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ウインナーとスナップエンドウの炒め物 ブロッコリーのチーズ焼き 大根サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー にら玉子とじ チキンナゲット 野菜サラダ 味噌汁 アップルジュース	A・B共通メニュー 豆腐ハンバーグ 鶏ささみのレモン醤油 枝豆ポテトサラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー 鶏肉のレモン焼き 白菜の煮浸し 野菜サラダ 味噌汁 牛乳	A・B共通メニュー ハムソーセージ・ジャーマンポテト ナポリタン 温野菜サラダ 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 ほうれん草のおろし和え 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
	1056kcal 28.4g 13.0g 203.3g 4.4g	1182kcal 31.7g 20.0g 216.6g 3.0g	1200kcal 29.2g 14.9g 232.2g 4.4g	1255kcal 38.9g 24.0g 215.6g 3.8g	1300kcal 38.6g 30.6g 210.9g 4.3g	1245kcal 31.4g 22.6g 225.4g 3.5g	1175kcal 28.0g 20.6g 216.5g 3.0g
アレルギー	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート
	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 くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし
昼食	春のちらし寿司 切干大根とひじきの煮物 いちごショートケーキ そうめん汁	五目あんかけ焼きそば パンキンサラダ ぶどうゼリー ご飯 わかめとねぎの中華スープ	冷やしクリームカレーうどん イカとアスパラの塩炒め 白玉入りフルーツあんみつ ご飯	塩だれ鶏丼 春菊とハムの和え物 バイン缶 味噌汁	十勝豚丼 青梗菜の辛子和え ストロベリーゼリー 清まし汁	海鮮チャーハン 春雨とわかめの酢の物 クレープ チンゲン菜の中華スープ	五目野菜のそぼろ丼 さつま芋の甘煮 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
	923kcal 18.6g 7.7g 121.3g 4.7g	962kcal 26.9g 23.4g 161.1g 6.6g	924kcal 31.7g 8.8g 204.8g 6.7g	934kcal 34.6g 21.8g 174.8g 4.0g	928kcal 32.0g 22.0g 178.3g 3.0g	990kcal 18.2g 10.9g 104.6g 6.1g	915kcal 31.0g 19.4g 206.0g 4.8g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート
	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	ダブルハンバーグ(デミ・クリーム) ほうれん草とえのきの和え物 ご飯 コンソメスープ	カツオカツ&白身魚フライ(ササガキ) なすときゅうりの梅和え ご飯 味噌汁	豚肉と春雨の青じそ炒め 5品目の胡麻和え ご飯 味噌汁	メンチカツ 長芋とモロヘイヤのポン酢和え ごはん 味噌汁	赤担々麻婆 水餃子 ご飯 味噌汁	鶏肉のバジル炒め いんげんとちくわの和え物 ご飯 味噌汁	豚肉のおろし煮 カリフラワーのわさび和え 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
	935kcal 23.2g 12.0g 110.9g 3.6g	907kcal 23.5g 28.7g 139.0g 3.9g	927kcal 23.4g 11.7g 132.8g 3.3g	949kcal 22.7g 35.9g 134.2g 4.4g	981kcal 34.5g 33.5g 133.6g 6.5g	934kcal 35.2g 26.2g 113.8g 4.4g	925kcal 32.8g 21.0g 125.6g 7.1g
	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート	卵 乳 小麦 そば 落花生 スイート
アレルギー	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 くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし	ごま コショウ アーモンド くるみ あびし

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。