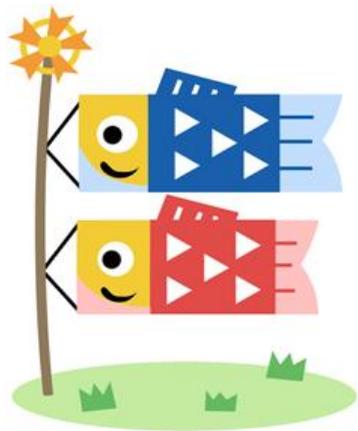


Weekly Menu



日	
曜日	
朝食	ご飯 パン
	ご飯 パン
昼食	
夕食	A
	B
	A
	B



5月1日

(日)

根菜鶏つくねハンバーグ

ピーマンのツナ和え
キャベツと油揚げの味噌汁
ご飯 or
パン・ジャム・マーガリン
フリードリンク

E	P	F	C	Salt
616	20.2	8.2	118.7	2.9
496	21.1	17.6	65.4	4.1
kcal	g	g	g	g

アレルギー	小麦	卵	乳	そば	海苔	生	えび	かに
	●	●	●	●	●	●	●	●

かつ丼

叩ききゅうりのゴマ塩和え
きなこプリン
ほうれん草と麩の味噌汁
コールスローサラダ

E	P	F	C	Salt
1,072	30.4	33.1	168.6	5.5
kcal	g	g	g	g

アレルギー	小麦	卵	乳	そば	海苔	生	えび	かに
	●	●	●	●	●	●	●	●

牛焼肉

根菜の煮物

豆腐となめこの味噌汁
ご飯・コールスローサラダ

E	P	F	C	Salt
1,007	29.4	32.7	154.3	5.3
601	12.5	4.9	131.4	3.2
kcal	g	g	g	g

アレルギー	小麦	卵	乳	そば	海苔	生	えび	かに
	●	●	●	●	●	●	●	●

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。

Weekly Menu



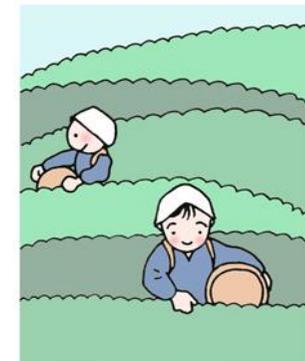
日曜日	5月2日 (月)	5月3日 (火)	5月4日 (水)	5月5日 (木)	5月6日 (金)	5月7日 (土)	5月8日 (日)
朝食	オムレツ	さつま揚げ	ハンバーグ	肉野菜炒め	竹の子とわかめの卵とじ	ミックススクランブル	かぼちゃコロッケ
	リヨネーズポテト 白菜とわかめの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	きんぴらごぼう キャベツと油揚げの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	ペンネパオリタン 大根とわかめの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	ゆで卵 小松菜とえのきの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	切干大根 白菜と油揚げの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	ウインナーとマカロニコーン ソテー 小松菜と油揚げの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	ブロッコリーのマヨ和え 豆腐となめこの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク
	E P F C Salt 611 12.4 9.3 125.0 2.6 491 13.3 18.7 71.7 3.8	E P F C Salt 808 19.9 22.1 133.0 3.8 688 20.8 31.5 79.7 5.0	E P F C Salt 661 17.8 10.0 129.2 3.4 541 18.7 19.4 75.9 4.6	E P F C Salt 619 19.0 11.5 112.2 2.3 499 19.9 20.9 58.9 3.5	E P F C Salt 692 16.8 14.3 128.6 3.3 572 17.7 23.7 75.3 4.5	E P F C Salt 843 23.6 25.6 133.3 3.0 723 24.5 35.0 80.0 4.2	E P F C Salt 722 14.3 17.9 129.7 2.3 602 15.2 27.3 76.4 3.5
	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに
昼食	ウインナーミートソース	五目あんかけ味噌ラーメン	焼肉うどん	ちらし寿司	ハヤシライス	大豆とひじきの炒飯	豚肉の卵とじ丼
	ツナサラダ プリン にらと卵のスープ ご飯・コールスローサラダ	きゅうりともやしのみりんと え グレープフルーツゼリー ご飯・コールスローサラダ	そら豆とポテトのマヨ和え フルーツヨーグルト ご飯・コールスローサラダ	蓮根はさみ揚げ 蒟蒻オレンジゼリー 若竹汁 コールスローサラダ	切干とごぼうのマヨぼんだれ コーヒーゼリー わかめと玉葱の卵スープ コールスローサラダ	ささみしそ巻きフライ クリームブッセ 玉子スープ コールスローサラダ	中華冷奴 フルーツ杏仁 キャベツと油揚げの味噌汁 コールスローサラダ
	E P F C Salt 1,223 35.8 44.9 173.8 4.7 kcal 923 52.5 67.5 271.5 7.5	E P F C Salt 902 28.5 17.1 158.6 6.5 kcal 352 47.5 27.5 242.5 8.5	E P F C Salt 978 24.0 29.3 154.6 4.6 kcal 352 42.5 50.5 232.5 6.6	E P F C Salt 971 20.9 17.4 187.8 4.7 kcal 352 30.5 24.5 218.5 6.7	E P F C Salt 1,049 29.3 32.7 165.9 5.2 kcal 382 42.5 46.5 218.5 7.2	E P F C Salt 965 31.9 29.6 146.9 5.8 kcal 382 45.5 27.5 182.5 7.8	E P F C Salt 1,058 40.0 31.3 158.8 6.3 kcal 452 56.5 40.5 198.5 8.3
	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに
夕食	A 豚ロースの竜田揚げ	鶏の唐揚げ ゆず胡椒風味	鯖の生姜煮	グリルチキン カレー風味	ポークソテーBBQソース	和風おろしハンバーグ	ささみチーズフライ
	B ぶりの照り焼き						
	大根のそぼろあん 玉葱と竹輪の味噌汁 ご飯・コールスローサラダ ジョア	コーンポテト 小松菜と豆腐の味噌汁 ご飯・コールスローサラダ 牛乳	筑前煮 白菜と油揚げの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ 牛乳	春雨マヨサラダ 大根と油揚げの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ 牛乳	白菜とブロッコリーのグリー ム煮 豆腐とわかめの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ ジョア	じゃが芋の甘辛炒め 玉葱と竹輪の味噌汁 ご飯・コールスローサラダ	煮豚入り中華スパゲッティ もやしとわかめの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ
	E P F C Salt 1,001 35.7 31.1 143.8 4.0 895 39.0 18.4 138.0 4.0	E P F C Salt 1,153 44.2 49.1 138.5 3.7 643 17.0 9.6 127.7 2.0	E P F C Salt 1,055 37.9 38.2 139.1 4.5 742 22.7 15.9 133.0 3.0	E P F C Salt 1,194 51.9 51.8 135.3 3.3 774 17.4 22.8 130.2 2.1	E P F C Salt 1,003 36.7 29.6 148.8 5.8 693 18.5 9.6 137.1 3.7	E P F C Salt 941 23.7 30.0 147.6 6.5 714 11.7 17.6 130.6 2.5	E P F C Salt 911 30.7 22.7 149.4 3.3 578 13.1 3.0 129.5 2.0
A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	A アレルギー 小麦 卵 乳 そば 卵 小麦 えび かに	

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。

Weekly Menu



日 曜日	5月30日 (月)	5月31日 (火)
朝食	オムレツ	鯖の塩焼き
	ウインナーと野菜のゲチャップ炒め 大根とわかめの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク	きんぴらごぼう 玉葱と油揚げの味噌汁 ご飯 or パン・ジャム・マーガリン フリードリンク
	E P F C Salt 619 15.5 10.5 120.1 3.0 499 16.4 19.9 66.8 4.2	E P F C Salt 703 17.9 16.1 120.7 2.9 583 18.8 25.5 67.4 4.1
	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g
アレルギー	アレルギー	
昼食	あさりと明太子の和風スパゲッティ	カレーうどん
	さつま芋と大豆の胡麻がらめ 黒糖まんじゅう ほうれん草と玉葱のスープ ご飯・コールスローサラダ	きゅうりともやしのみり辛和え バナナムース ご飯・コールスローサラダ
	E P F C Salt 1,116 34.9 17.7 209.5 6.4	E P F C Salt 936 31.0 20.1 158.8 4.6
	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g
アレルギー	アレルギー	
夕食	A 手羽先	アジフライとチキンカツ
	B 豚ロース味噌焼き	豚肉と野菜の韓国風スープ煮
	ブロッコリーのマヨ和え 豆腐となめこの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ ジョア	春雨マヨサラダ キャベツとわかめの味噌汁 ご飯・コールスローサラダ 牛乳
	E P F C Salt 1,061 39.1 41.4 136.2 3.2 967 36.7 31.1 135.6 5.0	E P F C Salt 1,073 30.4 40.6 151.1 3.1 1,078 31.4 42.6 147.8 4.7
	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g	kcal 小麦 卵 乳 そば 味噌 えび かに g g g g g g
	アレルギー	アレルギー
A B	A B	



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。