



WEEKLY MENU



色印にはエビ・かに成分が含まれてます。

日曜日	7月24日 (月)				7月25日 (火)				7月26日 (水)				7月27日 (木)				7月28日 (金)				7月29日 (土)				7月30日 (日)			
朝食	A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物			
	B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン			
	A・B共通メニュー ウインナーのコーン玉葱ソテー添え キャベツサラダ 蒸し鶏とキャベツの辛子醤油和え 牛乳				A・B共通メニュー トマトスクランブル カラフルサラダ 厚揚げと筍のうま煮 牛乳				A・B共通メニュー ハム野菜炒め ミックスサラダ マカロニサラダ 牛乳				A・B共通メニュー 白身魚フライ キャベツサラダ 茹で野菜のゴマ風味 牛乳				A・B共通メニュー 鶏肉団子の甘酢あん カラフルサラダ オクラおろし 牛乳 サンドイッチバイキング				A・B共通メニュー 目玉焼き 和風大根サラダ ひじきと白滝の煮付け ジュース				A・B共通メニュー 鮭の塩焼き ミックスサラダ 青菜と玉葱の炒め 牛乳			
栄養価	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g
A定食	807	26.6	17.8	3.0	832	26.9	23.2	2.4	766	19.2	16.4	2.8	838	24.6	21.8	3.0	790	22.2	17.2	2.6	804	25.0	20.0	2.5	756	29.1	14.1	2.3
B定食	668	24.9	26.6	3.0	693	25.2	32.0	2.4	627	17.5	25.2	2.8	699	22.9	30.6	3.0	651	20.5	26.0	2.6	665	23.3	28.8	2.5	617	27.4	22.9	2.3
昼食	A 親子丼				A 豚塩カルビ丼				A 冷やし中華				A プルコギ丼				A 豚肉の生姜焼き丼				A ポークカレー				A 鶏の照り焼き丼			
	バンサンスー フルーツ ご飯 牛乳				切干大根の梅風味 フルーツ ご飯 汁物				シュウマイ フルーツ ご飯				春巻き フルーツ ご飯 汁物				香味野菜の青じそ風味 フルーツ ご飯 汁物				コーン入りサラダ フルーツ ご飯 牛乳				叩ききゅうりのゴマ塩和え フルーツ ご飯 汁物			
	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g
A定食	971	26.0	30.7	3.2	863	22.5	37.3	4.7	739	26.0	10.6	7.0	973	21.6	31.8	4.2	843	21.8	33.5	3.4	903	20.9	21.5	4.1	757	30.6	21.9	4.4
夕食	カレー・麺バイキング チキンカレー・焼きそば				A 鯖の味噌煮				A 鶏の唐揚げ				A 豚肉ときくらげの卵炒め				A キムチ豆腐炒め				A かつ煮				A 牛肉の南蛮焼き			
	おくらのお浸し ご飯・汁物				ごぼうのピリ辛和え ご飯・汁物				青菜と白菜のぼん酢がけ ご飯・汁物				じゃが芋のニンニクおかかあえ ご飯・汁物				チャーシューと野菜の和え物 ご飯・汁物				ワカメとしめじの煮浸し ご飯・汁物				ほうれん草の胡麻和え ご飯・汁物			
	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質 g	脂質 g	塩分 g
A定食	1053	23.6	27.3	4.6	919	27.1	30.6	2.9	940	34.6	29.3	3.8	993	34.6	33.5	5.7	763	25.5	15.9	4.8	828	23.4	19.6	3.9	1000	25.8	37.8	4.9

いつもご利用いただきまして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。

ユーレストジャパン株式会社



WEEKLY MENU



色印にはエビ・かに成分が含まれてます。

日曜日	7月31日 (月)				8月1日 (火)				8月2日 (水)				8月3日 (木)				8月4日 (金)				8月5日 (土)				8月6日 (日)			
朝食	A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物				A ご飯・汁物			
	B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン				B パン・ジャム・マーガリン			
	A・B共通メニュー オムレツ キャベツサラダ こんにゃくと野菜の煮物 牛乳				A・B共通メニュー 肉団子のチリソース カラフルサラダ ポテトサラダ 牛乳				A・B共通メニュー コーンスクランブル ミックスサラダ 大根の炒め煮 牛乳				A・B共通メニュー 肉野菜炒め キャベツサラダ ブロッコリーの辛子マヨネーズ 牛乳				A・B共通メニュー ウインナーとマカロニコーンソテー カラフルサラダ コンニャクごぼう 牛乳				A・B共通メニュー 魚の塩焼き 和風大根サラダ チリコンカーン プリン				A・B共通メニュー わかめのツナ炒め ミックスサラダ エッグサラダ 牛乳			
栄養価	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g
A定食	738	20.7	12.2	3.2	822	21.9	20.0	2.6	796	23.4	19.3	2.6	889	23.8	29.5	2.8	869	26.4	17.7	2.5	815	32.6	17.4	2.4	854	22.3	28.3	2.4
B定食	599	19.0	21.0	3.2	683	20.2	28.8	2.6	657	21.7	28.1	2.6	750	22.1	38.3	2.8	730	24.7	26.5	2.5	676	30.9	26.2	2.4	715	20.6	37.1	2.4
昼食	A 豚挽肉と茄子の味噌炒め丼				A 冷やしきつねうどん				A スタミナ丼				A 中華丼				A チキンソースかつ丼				A ポークカレー				A ナポリタン			
	わかめときゅうりの酢味噌がけ フルーツ ご飯 汁物				イカ天 フルーツ ご飯 汁物				しらすおろし フルーツ ご飯 汁物				茹で豚の中華胡麻だれ フルーツカクテル ご飯 汁物				ほうれん草の辛子醤油 フルーツ ご飯 汁物				海草入りサラダ フルーツ ご飯 牛乳				コロッケ フルーツ ご飯 汁物			
栄養価	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g
A定食	806	18.9	28.4	4.9	789	23.3	10.3	3.2	787	22.1	14.8	3.4	809	26.2	23.6	5.1	730	19.4	16.1	3.4	764	19.6	23.3	2.6	828	24.1	31.8	4.3
夕食	A ミックスフライ				A おろし和風ハンバーグ				メガメニュー ビックメンチカツ				A 鯖のコーンマヨ焼き				A 豚焼肉ともやしのねぎソース				A 鶏むね肉のクリーム煮				A 麻婆春雨			
	きのこ挽肉のソテーバター風味 ご飯・汁物				ほうれん草とかぼちゃのソテー ご飯・汁物				もずく酢 ご飯・汁物				サラダバイキング 蒸し鶏のピリ辛和え ご飯・汁物				大学芋 ご飯・汁物				ウインナーと野菜のソテー ご飯・汁物				焼き餃子 ご飯・汁物			
栄養価	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白 質g	脂質 g	塩分 g
A定食	862	18.2	25.5	2.0	861	22.2	27.1	4.2	994	23.8	39.4	3.6	954	34.8	25.8	5.4	898	28.5	19.2	4.2	884	42.1	17.4	3.2	894	23.4	20.4	5.8

いつもご利用いただきまして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。

ユーレストジャパン株式会社