



WEEKLY MENU



色印にはエビ・カニ成分が含まれています。

日	10月23日				10月24日				10月25日				10月26日				10月27日				10月28日				10月29日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(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 鶏団子の南蛮風 キャベツサラダ 五目炒り豆腐 牛乳				A・B共通メニュー わかめのツナ炒め カラフルサラダ 温泉玉子 牛乳				A・B共通メニュー 野菜コロック ミックスサラダ 春雨サラダ 牛乳				A・B共通メニュー 肉野菜炒め キャベツサラダ 大根おろし ジュース				A・B共通メニュー オニオンスランブル カラフルサラダ ひじきと枝豆の煮物 フルーツバイキング 牛乳				A・B共通メニュー だし巻き卵 和風大根サラダ 筍と高菜の炒め 牛乳				A・B共通メニュー 鯖の塩焼き ミックスサラダ きのこ挽肉のソテーバター風味 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	828	26.0	21.0	2.8	789	25.8	19.5	2.3	902	20.8	22.6	2.8	740	21.2	14.3	2.3	846	27.2	22.3	3.5	748	20.2	16.0	3.2	874	27.7	28.5	2.7
B定食	689	24.3	29.8	2.8	650	24.1	28.3	2.3	763	19.1	31.4	2.8	601	19.5	23.1	2.3	707	25.5	31.1	3.5	609	18.5	24.8	3.2	735	26.0	37.3	2.7
昼 食	A すき焼き丼				A わかめうどん				A 豚塩カルピ丼				A ハヤシライス				A 豚挽肉と茄子の味噌炒め丼				A ベーコンときのこのトマトソースパスタ				A 豚肉の生姜焼き丼			
	里芋の野菜あんかけ フルーツ ご飯 汁物				イカ天 フルーツ 混ぜご飯				わかめとしめじの煮浸し フルーツ ご飯・汁物 プチケーキ				ブロッコリーとトマトの中華和え フルーツ ご飯 牛乳				山クラゲと舞茸の和え物 フルーツカクテル ご飯 汁物				白菜とチャーシューの炒め 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			
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	990	25.8	31.0	5.1	689	18.3	6.3	4.0	974	26.4	44.8	4.5	1280	34.9	35.4	3.4	784	14.7	28.7	4.9	948	19.9	32.3	5.5	854	21.4	33.0	3.8
夕 食	A ハンバーグステーキ デミグラスソース				A スペシャル肉料理 チーズチキンと野菜のスーパカレー				A 秋刀魚の塩焼き				A 鶏のシューシーからあげ				A 牛肉甘辛煮				A ミックスフライ				A 水餃子の五目あん			
	スパゲッティサラダ ご飯・汁物				五目きんぴら ご飯・汁物				サラダバイキング 豚肉と野菜のビーフン ご飯・汁物				ほうれん草のお浸し ご飯・汁物				粉ふき芋 ご飯・汁物				根菜の煮物 ご飯・汁物				イカとザーサイの中華和え 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	551	8.5	4.7	1.8	1384	45.7	36.5	6.3	868	27.5	27.6	4.1	910	34.4	27.1	3.9	939	21.8	27.7	5.0	877	26.9	22.3	4.4	526	14.2	1.9	1.9
B定食	1018	25.5	34.6	4.1	552	9.6	3.9	2.0	567	10.4	5.2	2.2	498	10.1	1.1	2.5	553	9.7	2.6	1.8	547	12.7	4.2	2.2	800	25.8	13.2	4.6

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・カニ成分が含まれています。

日	10月30日				10月31日				11月1日				11月2日				11月3日				11月4日				11月5日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(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 ちくわと大根の味噌だれ 牛乳 雑炊				A・B共通メニュー ハム野菜炒め カラフルサラダ 温泉玉子 牛乳				A・B共通メニュー ウィンナーのコーン玉葱ソテー添え ミックスサラダ 栗かぼちゃの含め煮 牛乳 フルーツバイキング				A・B共通メニュー 竹の子とわかめの卵とじ キャベツサラダ 青菜と白菜のボン酢かけ 牛乳				A・B共通メニュー キャベツ・ツナコーン炒め カラフルサラダ コンニャクごぼう 牛乳 セルフサンドイッチバイキング				A・B共通メニュー 鯖の塩焼き 和風大根サラダ マカロニサラダ 牛乳				A・B共通メニュー 目玉焼き ミックスサラダ 切干大根 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	757	22.0	12.2	4.0	781	24.4	18.2	2.9	839	25.1	17.5	3.2	813	23.6	18.7	2.9	745	20.1	14.1	2.7	958	27.8	31.6	2.7	840	25.9	19.6	2.9
B定食	618	20.3	21.0	4.0	642	22.7	27.0	2.9	700	23.4	26.3	3.2	674	21.9	27.5	2.9	606	18.4	22.9	2.7	819	26.1	40.4	2.7	701	24.2	28.4	2.9
昼食	A 帆立のトマトクリームライス				A 鶏肉きんぴら丼				A とんこつ醤油らーめん				★アンケートの要望にお応えして★ キムチ炒飯				A ハッシュドビーフ丼				A 焼きうどん(醤油味)				A スタミナ丼			
	ポテトと鮭のホクホク和え フルーツ ご飯 汁物				しらすおろし 杏仁フルーツ ご飯 汁物				シュウマイ フルーツ ご飯 汁物				メンマともやし中華和え フルーツ ご飯 汁物				わかめともやしのごま塩和え フルーツ ご飯 汁物				かぼちゃコロッケ フルーチェ ご飯 汁物				わかめとカニカマの二杯酢 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	708	16.5	16.5	4.3	837	28.0	19.0	3.3	705	26.6	22.4	8.9	916	21.6	19.8	5.9	759	18.6	23.5	4.7	813	28.0	20.1	4.0	818	22.3	14.9	4.1
夕食	A かれいのフリッター和風ソース				カレー・麺バイキング ポークカレー				A ハンバーグステーキ きこのソース				×ガメニュー 照焼きチキン				A かに玉				A かつ煮				A 麻婆春雨			
	蒸し鶏のピリ辛和え ご飯・汁物				ひじきと小松菜のお浸し ご飯・汁物				サラダバイキング 切干大根のゆず胡椒風味 ご飯・汁物				ほうれん草とコーンのソテー ご飯・汁物				焼き餃子 ご飯・汁物				小松菜のおひたし ご飯・汁物				じゃが芋のニンニクおかか和え 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	924	35.8	21.7	4.9	1105	21.2	16.7	3.6	940	27.4	29.7	4.6	888	36.8	26.4	3.3	854	18.8	21.8	3.2	830	23.5	19.6	4.7	850	19.3	14.1	5.6
B定食	593	13.3	5.0	2.8	884	21.0	8.9	3.2	500	8.1	2.7	1.1	531	8.9	3.6	1.7	581	11.4	6.1	1.3	499	9.4	1.5	2.5	569	9.8	1.4	1.8

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