



WEEKLY MENU



色印にはエビ・カニ成分が含まれています。

日	1月22日				1月23日				1月24日				1月25日				1月26日				1月27日				1月28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 だし巻き卵 キャベツサラダ アジアン風ホクホクポテト 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 ひじきと白滝の煮付け 牛乳・雑炊				A・B共通メニュー 肉野菜炒め ミックスサラダ 温泉玉子 牛乳				A・B共通メニュー コーンスクランブル 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 がんと鶏の煮物 カラフルサラダ ほうれん草とベーコンのソテー 牛乳・フルーツバイキング				A・B共通メニュー 鮭の塩焼き 和風大根サラダ さつま揚げとぜんまいの炒め煮 牛乳				A・B共通メニュー 目玉焼き カラフルサラダ 栗かぼちゃの含め煮 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	768	21.3	14.6	3.1	827	23.3	21.2	2.9	812	27.5	20.6	2.5	794	23.7	18.4	3.0	862	28.7	24.3	3.7	758	29.9	13.7	2.6	806	24.2	16.9	2.5
B定食	629	19.6	23.4	3.1	688	21.6	30.0	2.9	673	25.8	29.4	2.5	655	22.0	27.2	3.0	723	27.0	33.1	3.7	619	28.2	22.5	2.6	667	22.5	25.7	2.5
昼 食	A ハヤシライス				A 牛すき焼き丼				A きつねうどん				A 叉焼炒飯				A たまごの塩あんかけ丼				A クリームミートソース				A 豚肉の生姜焼き丼			
	マカロニサラダ フルーツ ご飯 汁物				切干大根とわかめの二杯酢 フルーツ・プチケーキ ご飯 汁物				カレーコロッケ 杏仁フルーツ ご飯 汁物				じゃが芋のカレー炒め フルーツ ご飯 汁物				シュウマイ フルーツ ご飯 汁物				粉ふき芋 フルーチェ 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
A定食	1040	26.0	31.0	4.2	763	20.5	23.0	3.8	750	18.1	26.1	6.6	773	31.4	25.5	3.5	699	19.9	16.6	4.0	1027	26.5	25.4	3.3	805	21.2	29.3	3.4
夕 食	A 味噌にんにく唐揚げ				A アジフライとコロッケ				スペシャル肉料理 牛すじデミグラスハンバーグ				A 白身魚の明太子マヨネーズ焼き				A きんぴら牛焼肉				A やわらか照り煮チキン				A 揚げ餃子の四川ソース			
	小松菜の胡麻和え ご飯・汁物				サラダバイキング 五目炒り豆腐 ご飯・汁物				プロックリーの和風マスタード和え ご飯・汁物				ちくわと大根の味噌だれ ご飯・汁物				あんかけ豆腐 ご飯・汁物				バンサンスー(中華和え物) ご飯・汁物				ツナじゃが 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
A定食	870	30.6	24.7	4.5	821	25.1	21.4	5.1	1054	35.1	30.3	4.1	544	11.5	2.2	2.9	971	27.0	31.9	3.8	843	29.7	21.5	3.6	957	22.5	24.6	5.5

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ます。

日	1月29日				1月30日				1月31日				2月1日				2月2日				2月3日				2月4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 野菜コロッケ キャベツサラダ めかぶ土佐酢 雑炊 牛乳				A・B共通メニュー ポイルウインナー カラフルサラダ 大根の炒め煮 牛乳				A・B共通メニュー 鶏肉の野菜炒め ミックスサラダ 温泉玉子 フルーツバイキング 牛乳				A・B共通メニュー キャベツ・ツナコーン炒め キャベツサラダ 里芋の野菜あんかけ 牛乳				A・B共通メニュー 照焼き肉団子 カラフルサラダ スパゲッティサラダ サンドイッチバイキング 牛乳				A・B共通メニュー 鮭の塩焼き 和風大根サラダ ほうれん草のクリーム煮 牛乳				A・B共通メニュー 厚揚げと野菜の生姜煮 キャベツサラダ ポテトと鮭のホクホク和え 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	759	18.6	14.5	2.6	786	23.4	19.7	3.0	855	32.4	22.2	4.0	764	20.0	13.1	2.5	933	23.6	26.3	3.2	755	31.3	13.1	2.6	851	25.1	20.9	2.9
B定食	620	16.9	23.3	2.6	647	21.7	28.5	3.0	716	30.7	31.0	4.0	625	18.3	21.9	2.5	794	21.9	35.1	3.2	616	29.6	21.9	2.6	712	23.4	29.7	2.9
昼 食	A 豚肉ごぼう炒め丼				A 海鮮クッパ				A ハッシュドビーフ丼				A 二色そば				A 肉ねぎうどん				A 蒸し鶏と白菜キムチ丼				A 豚塩カルピ丼			
	さつまいものレモン煮 フルーツ ご飯 汁物				茹で豚の中華胡麻だれ フルーツ ご飯 汁物				ブロッコリーの和風マスタード和え フルーツ ご飯 汁物				ワカメとしめじの煮浸し 杏仁フルーツ ご飯 汁物				竹輪の磯辺揚げ フルーツ ご飯 汁物				厚揚げと筍のうま煮 フルーチェ ご飯 汁物				かにかまと胡瓜の二杯酢 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	771	23.5	19.7	2.6	661	25.0	15.1	6.7	828	22.1	27.8	2.4	742	27.6	20.1	2.7	1062	23.4	26.6	6.6	641	23.6	10.6	5.1	879	25.0	38.2	5.3
夕 食	カレー・鶏バイキング ポークカレー・焼きそば				A 麻婆茄子				A おろし和風ハンバーグ				A 鶏肉の洋風唐揚げ				A 豚挽肉と春雨のオイスターソース				A かつ煮				A ポークデミシチュー			
	青菜と白菜のほん酢かけ ご飯・汁物				焼き餃子 ご飯・汁物				ほうれん草のピーナッツ和え ご飯・汁物				サラダバイキング おでん煮 ご飯・汁物				イカとザーサイの中華和え ご飯・汁物				小松菜のおひたし ご飯・汁物				ブロッコリーのガーリック炒め 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	1132	22.9	17.2	4.7	876	21.5	25.7	5.6	858	23.6	26.9	5.0	1143	41.2	39.5	5.3	870	22.5	22.4	4.9	835	24.2	19.7	4.7	848	21.8	21.9	4.0

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