



WEEKLY MENU



色印にはエビ・カニ成分が含まれています。

日	2月5日				2月6日				2月7日				2月8日				2月9日				2月10日				2月11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 ツナじゃが 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 こんにゃくと野菜の煮物 ヨーグルト				A・B共通メニュー イカとブロッコリーのアラビアータ ミックスサラダ 温泉玉子 牛乳				A・B共通メニュー 白身魚フライ キャベツサラダ 切干大根 牛乳				A・B共通メニュー ウインナーとマカロニコンソテー カラフルサラダ ひじきと白滝の煮付け 牛乳				A・B共通メニュー 肉野菜炒め 和風大根サラダ なめ茸おろし 牛乳				A・B共通メニュー 目玉焼き ミックスサラダ ほうれん草とベーコンのソテー 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	784	22.0	14.3	3.1	798	22.0	16.6	3.4	898	29.7	22.4	2.8	783	20.2	18.5	2.7	915	27.8	23.8	3.4	746	21.3	14.3	3.2	803	25.5	21.5	2.5
B定食	645	20.3	23.1	3.1	659	20.3	25.4	3.4	759	28.0	31.2	2.8	644	18.5	27.3	2.7	776	26.1	32.6	3.4	607	19.6	23.1	3.2	664	23.8	30.3	2.5
昼食	A 麻婆豆腐飯				A チキンカレー				A 豚肉の生姜焼き丼				A とんこつ野菜ラーメン				A 豚挽肉と茄子の味噌炒め丼				A 天津飯(チリソース)				A 焼きうどん(ソース味)			
	メンマともやし中華和え フルーツ ご飯 汁物				チキンカツ 杏仁フルーツ ご飯 牛乳				叩ききゅうりのゴマ塩和え フルーツ ご飯 汁物				さつま芋のレモン煮 フルーツ ご飯 汁物				わかめときゅうりのボン酢あえ フルーツ ご飯 汁物				焼き餃子 フルーチェ ご飯 汁物				イカときゅうりのピリ辛和え 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	772	20.4	15.4	5.0	844	23.5	26.4	2.9	798	20.3	30.1	3.3	945	30.7	14.8	10.2	805	17.5	29.5	5.3	1006	24.0	17.2	4.1	778	22.6	21.9	8.0
夕食	A ステーキフェア				A 鯖の味噌煮				A 鶏唐揚げのピリ辛照りマヨソース				A 照焼きハンバーグ				A 豚焼肉とメンチカツ				A 白身魚のフリット ジンジャーソース				A 牛肉甘辛煮			
	豆入りサラダ ご飯・汁物				豚肉と野菜のビーフン ご飯・汁物				きんぴらごぼう ご飯・汁物				野菜のピリ辛トマト和え ご飯・汁物				じゃが芋のニンニクおかか和え ご飯・汁物				あんかけ豆腐 ご飯・汁物				ポテトサラダ 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	626	13.4	6.5	2.4	920	25.1	31.0	5.2	1056	34.1	39.6	3.6	845	22.2	25.3	4.4	954	25.2	29.3	3.6	982	30.5	36.2	2.8	907	23.0	36.2	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	2月12日				2月13日				2月14日				2月15日				2月16日				2月17日				2月18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 ポイルウイナー キャベツサラダ 厚揚げと人参の中華炒め煮 牛乳・ 雑炊				A・B共通メニュー コーンスクランブル カラフルサラダ 大根のそぼろあん 牛乳				A・B共通メニュー ハム野菜炒め ミックスサラダ 温泉玉子 牛乳				A・B共通メニュー 野菜コロッケ キャベツサラダ ひじきと白滝の煮付け 牛乳				A・B共通メニュー 照焼き肉団子 カラフルサラダ きんぴら大根 ヨーグルト・ 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 マカロニサラダ 牛乳				A・B共通メニュー メンチカツ ミックスサラダ こんにゃくと野菜の煮物 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	849	26.6	24.9	3.2	829	25.7	20.6	3.1	800	25.5	19.9	2.7	791	19.3	16.6	2.8	817	22.3	16.7	3.2	841	30.2	19.3	2.4	761	22.4	18.2	2.6
B定食	710	24.9	33.7	3.2	690	24.0	29.4	3.1	661	23.8	28.7	2.7	652	17.6	25.4	2.8	678	20.6	25.5	3.2	702	28.5	28.1	2.4	622	20.7	27.0	2.6
昼食	A 葱チャーシュー丼				A ブルコギ丼				A けんちんうどん				A 豚塩カルビ丼				A ポークカレー				A 焼きそば				A 豚肉ごぼう炒め丼			
	さつま揚げとぜんまいの炒め煮 フルーツ ご飯 汁物				小松菜のなめ茸おろし フルーツ ご飯 汁物				リョネーズポテト フルーツ・プリン 混ぜご飯				ワカメとしめじの煮浸し フルーツ ご飯 汁物				イカカツ フルーツ ご飯 牛乳				春巻 フルーチェ ご飯 汁物				青菜と白菜のぼん酢がけ 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	664	14.3	17.6	2.8	834	21.2	31.1	3.3	598	17.0	15.0	4.5	846	22.1	36.9	4.8	886	24.0	28.8	3.1	886	22.8	35.4	8.6	719	23.5	19.0	3.4
夕食	A スタミナ野菜炒め				☆お楽しみ献立☆				A ハンバーグ デミソース				A 鱈の磯辺揚げ テリマヨソース				A 豚肉と筍の玉子炒め				A 串カツ				A 麻婆春雨			
	青じそスパゲッティー ご飯・汁物								フライドポテトバイキング ほうれん草の辛子醤油 ご飯・汁物				鶏団子と里芋の煮付け ご飯・汁物				粉ふき芋の肉味噌かけ ご飯・汁物				カレー味ビーフン 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
A定食	880	22.1	20.7	4.8					1018	31.9	36.8	3.3	849	29.3	19.4	3.4	1001	32.3	33.5	5.3	877	17.7	23.9	2.4	804	23.4	14.1	6.4

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