




WEEKLY MENU

	月 4月26日	火 4月27日	水 4月28日	木 4月29日	金 4月30日	土 5月1日	日 5月2日
朝食 	ご飯 葱とわかめの味噌汁 ベーコンエッグ 10品目の和え物 スロー ふりかけ 牛乳	ご飯 しめじと玉葱の味噌汁 五目野菜の肉団子 春雨中華サラダ スロー 納豆 牛乳	ご飯 麩と玉葱の味噌汁 ちくわ天 たまご豆腐 スロー のり佃煮 ショア	ご飯 油揚げと絹さや ポイルウィンナー ブロッコリーとコーンのソテー スロー ふりかけ 牛乳	ご飯 大根と卵の味噌汁 魚の塩焼き 白菜のコンソメ煮 スロー 納豆 ヨーグルト	ご飯 わかめと葱の味噌汁 野菜炒め ポテトサラダ スロー 味付けのり 牛乳	ご飯 もやしと小松菜の味噌汁 味付け肉団子 切干大根煮 スロー ふりかけ 牛乳
昼食 	鶏ごぼう丼 キャバツとえのきの味噌汁 切干大根煮 ほうれん草とツナのお獲物 ピルクル	そぼろ丼 豆腐とわかめの清汁 半熟卵 ブロッコリーのガーリック炒め ピルクル	札幌味噌ラーメン シューマイ 小松菜のマヨ和え 混ぜご飯 ピルクル	ビビンバ丼 玉葱と人参のスープ 半熟卵 レンコン金平 ピルクル	ビーフカレー チキンナゲット シュリンプサラダ 福神漬け 牛乳	ミートソーススパゲティ ほうれん草と玉葱のスープ コロッケ 混ぜご飯 ゼリー	豆腐と絹さやの清汁 豚キムチ丼 金平ごぼう ほうれん草のおかか和え ピルクル
夕食 	ご飯 小松菜と玉葱のスープ 回鍋肉 なす肉詰めフライ もやしとザーサイの和え物 スロー	ご飯 大根とふのりの味噌汁 白身魚のマネー和え 粉ふき芋 ほうれん草とベーコンのソテー スロー	ご飯 わかめと葱のスープ 豚肉と野菜のコチジャンソース さつま芋のレモン煮 しそ昆布 スロー	ご飯 豆腐とわかめの味噌汁 メンチカツ なすのおかか和え マカロニサラダ スロー	ご飯 小松菜としめじの味噌汁 チキン香草焼き おでん風煮 ブロッコリーの和風和え スロー	ご飯 大根と麩の味噌汁 ジャージャン豆腐 エビニラマン いんげんとしめじの和え物 スロー	ご飯 玉葱とわかめのスープ スパイシーチキン フライドポテト きのこのマリネ スロー

一日合計栄養価		月		火		水		木		金		土		日	
エネルギー	たんぱく質	2,783kcal	92.1	2,833kcal	86.3	2,873kcal	93.2	2,841 kcal	97.3	2,862kcal	78.8g	2,829kcal	92.4	2,612kcal	94.2
	脂質		93.7		84.9		84.1		88.3		89.2		87.2		79.8
	食塩相当量		9.3		10.2		13.1		10.1		9.9g		10.3		9.8

★汁物の具材は変更になる場合がございます。

* 食堂をご利用いただきましてありがとうございます。 食材の仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございますのでご了承下さい *