

WEEKLY MENU

	月 8月2日	火 8月3日	水 8月4日	木 8月5日	金 8月6日	土 8月7日	日 8月8日
朝食  Breakfast	ご飯 汁物 豆腐ハンバーグ もやしの炒め物 スロー 味付けのり 牛乳	ご飯 汁物 厚焼き卵 ブロccoliのツナ和え スロー 納豆 牛乳	ご飯 汁物 ベーコンとアスパラのソテー マカロニサラダ スロー のり佃煮 牛乳	ご飯 汁物 味付け肉団子 ビーフン炒め スロー ぶりかけ 牛乳	ご飯 汁物 スクランプルエッグ 里芋のそぼろ煮 スロー 納豆 乳酸飲料	ご飯 汁物 焼き魚 卵豆腐 スロー ぶりかけ 牛乳	
昼食  Lunch	味噌豚丼 汁物 なすのみぞれ和え 小松菜とコーンの和え物 乳酸飲料	回鍋肉 汁物 ほうれん草のなめ茸あえ 春雨サラダ 乳酸飲料	エビピラフ 汁物 ピーマン肉詰めフライ めかぶときゅうりの和え物 乳酸飲料	冷やしタンメン 混ぜご飯 シューマイ 粉吹芋 牛乳	つや姫 使用 ポークカレー イカフライ わかめときゅうりのボン酢和え 福神漬け 牛乳	やきそば 汁物 混ぜご飯 棒餃子 乳酸飲料or牛乳	
夕食  Dinner	ご飯 汁物 油淋鶏 菜の花のマリネ 5品目のごまあえ スロー	ご飯 汁物 さばの照り焼き 鶏肉とじゃが芋の煮物 青梗菜ともやしの和え物 スロー	ご飯 汁物 チキンソテー玉葱だれ フライドポテト ブロccoli&カリフラワー スロー	ご飯 汁物 牛焼肉 小松菜ともやしの和え物 スロー	ご飯 汁物 鶏肉のコチジャン炒め 大根田楽 なすとオクラの和え物 スロー		

一日合計栄養価															
エネルギー	たんぱく質	2919cal	98.3	2,798cal	90.3	2,824kcal	89.4	2893 kcal	92.3	2,739Kcal	87.3	1,159kcal	50.1		
	脂質		90.2		86.1		80.3		83.9		80.3		43.2		
	食塩相当量		10.3		9.5		10		9.6		8.9		5		

★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