

日曜日	4月21日 (月)	4月22日 (火)	4月23日 (水)	4月24日 (木)	4月25日 (金)	4月26日 (土)	4月27日 (日)
<div>朝食</div>	モーニング						
	ウィンナー(2本) 人参と玉子の炒め ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	厚揚げのそぼろあん キャベツ・ツナコーン炒め ご飯 味噌汁 牛乳・納豆	和風スクランブル ポテトサラダ ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	照焼き肉団子 いんげんときのこのお浸し ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	プレーンオムレツ 切干とごぼうのマヨぽんだれ ご飯 味噌汁 牛乳・梅びしお	肉入りコロッケ 卵サラダ ご飯・ドッグパン 味噌汁 牛乳・のり佃煮	ハムと野菜のカレー炒め 和風マカロニサラダ ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮
	クイックモーニング (パン・ヨーグルト・ジュース) ※土曜除く						
	E 614 P 23.2 F 22.1 C 84.1 S 3.3 kcal g g g g	E 605 P 21.9 F 19.4 C 88.2 S 2.0 kcal g g g g	E 563 P 18.1 F 16.7 C 87.4 S 2.1 kcal g g g g	E 547 P 16.4 F 13.8 C 91.9 S 2.7 kcal g g g g	E 575 P 14.6 F 16.9 C 95.6 S 2.5 kcal g g g g	E 789 P 22.0 F 26.2 C 119.6 S 3.2 kcal g g g g	E 636 P 16.3 F 19.9 C 101.7 S 2.4 kcal g g g g
<div>昼食</div>	 醤油ラーメン	 オムレツナポリタン	 鶏南蛮うどん	プルコギポーク丼	 キーマカレー	葱チャーシュー炒飯	鶏の竜田揚げ丼
	ブロッコリーのナムル カップヨーグルト ご飯	フライドポテト オレンジ ご飯 わかめスープ	玉子豆腐 杏仁フルーツ ご飯	キャベツと人参の辛子醤油 ジョア 春雨スープ	カラフルサラダ バナナ 味噌汁	水餃子 ブチシュー	白菜のお浸し フルーチェ ミックスベリー ご飯 スープ
	E 745 P 24.5 F 9.4 C 139.0 S 6.5 kcal g g g g	E 1099 P 26.8 F 33.9 C 177.8 S 4.8 kcal g g g g	E 855 P 31.4 F 18.9 C 136.9 S 5.6 kcal g g g g	E 602 P 15.9 F 9.2 C 117.0 S 2.1 kcal g g g g	E 657 P 15.6 F 16.9 C 115.3 S 3.4 kcal g g g g	E 659 P 14.5 F 18.3 C 112.5 S 4.3 kcal g g g g	E 957 P 29.5 F 21.2 C 167.0 S 4.8 kcal g g g g
	イベント						
<div>夕食</div>	チキンソテー 黒胡椒ソース	牛すじと大根の煮込み	ヒレカツ	【勝ち飯】豚ロース肉のカポナータソースセット	豚肉のねぎ塩焼き	ケイジャンチキン	 鯖の味噌煮
	青菜と高野豆腐の煮物 蓮根と玉葱のマヨ和え ご飯 味噌汁	豚肉と野菜のビーフン おくらとえのきのお浸し ご飯 味噌汁	ポテトのそぼろあん 香味野菜の青じそ風味 ご飯 味噌汁		ソース焼きそば 大根の塩昆布和え ご飯 味噌汁	ニンジンとチリメンジャコのキンピラ 海藻のわさび和え ご飯 味噌汁	厚揚げと人参の中華炒め煮 ブロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ ご飯 味噌汁
	E 828 P 35.4 F 29.7 C 105.6 S 3.8 kcal g g g g	E 595 P 24.8 F 3.6 C 115.6 S 4.4 kcal g g g g	E #VALUE! P 21.3 F 12.4 C 121.5 S 4.5 kcal g g g g	E 1001 P 33.2 F 30.0 C 151.9 S 2.7 kcal g g g g	E 721 P 22.6 F 20.8 C 115.1 S 4.9 kcal g g g g	E 735 P 32.0 F 19.9 C 107.8 S 3.9 kcal g g g g	E 855 P 26.8 F 29.6 C 106.3 S 3.8 kcal g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
※朝食の栄養価表示はご飯選択時の栄養価を表示しております。
いつもご利用いただき、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。