



Weekly Menu



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)
朝食	ワインナー(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け ご飯 味噌汁 牛乳・梅びしお	モーニング 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 kcal P 23.2 g F 22.1 g C 84.1 g S 3.3 g	E 605 kcal P 21.9 g F 19.4 g C 88.2 g S 2.0 g	E 563 kcal P 18.1 g F 16.7 g C 87.4 g S 2.1 g	E 547 kcal P 16.4 g F 13.8 g C 91.9 g S 2.7 g	E 575 kcal P 14.6 g F 16.9 g C 95.6 g S 2.5 g	E 789 kcal P 22.0 g F 26.2 g C 119.6 g S 3.2 g	E 636 kcal P 16.3 g F 19.9 g C 101.7 g S 2.4 g
昼食	ラーメン 醤油ラーメン プロッコリーのナムル カップヨーグルト ご飯	パスタ オムレツナポリタン フライドポテト オレンジ わかめスープ	和麺 鶏南蛮うどん 玉子豆腐 杏仁フルーツ ご飯	カレー ブルコギポーク丼 キャベツと人参の辛子醤油 ジョア 春雨スープ	キーマカレー カラフルサラダ バナナ 味噌汁	葱チャーシュー炒飯 水餃子 ブチシュー	鶏の竜田揚げ丼 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 kcal P 24.5 g F 9.4 g C 139.0 g S 6.5 g	E 1099 kcal P 26.8 g F 33.9 g C 177.8 g S 4.8 g	E 855 kcal P 31.4 g F 18.9 g C 136.9 g S 5.6 g	E 602 kcal P 15.9 g F 9.2 g C 117.0 g S 2.1 g	E 657 kcal P 15.6 g F 16.9 g C 115.3 g S 3.4 g	E 659 kcal P 14.5 g F 18.3 g C 112.5 g S 4.3 g	E 957 kcal P 29.5 g F 21.2 g C 167.0 g S 4.8 g
夕食	チキンソテー 黒胡椒ソース 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	牛すじと大根の煮込み 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	ヒレカツ ポテトのそぼろあん 香味野菜の青じそ風味 ご飯 味噌汁	イベント 【勝ち飯】豚ロース肉のカボナータソースセット	豚肉のねぎ塩焼き ソース焼きそば 大根の塩昆布和え ご飯 味噌汁	ケイジャンチキン 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	魚を食べよう 鰯の味噌煮 厚揚げと人参の中華炒め煮 プロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ ご飯 味噌汁
	E 828 kcal P 35.4 g F 29.7 g C 105.6 g S 3.8 g	E 595 kcal P 24.8 g F 3.6 g C 115.6 g S 4.4 g	E #VALUE! kcal P 21.3 g F 12.4 g C 121.5 g S 4.5 g	E 1001 kcal P 33.2 g F 30.0 g C 151.9 g S 2.7 g	E 721 kcal P 22.6 g F 20.8 g C 115.1 g S 4.9 g	E 735 kcal P 32.0 g F 19.9 g C 107.8 g S 3.9 g	E 855 kcal P 26.8 g F 29.6 g C 106.3 g S 3.8 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。