

Weekly Menu



日曜日	4月7日 (月)	4月8日 (火)	4月9日 (水)	4月10日 (木)	4月11日 (金)	4月12日 (土)	4月13日 (日)																											
朝食	ミックススクランブル コーンじゃがバター風味 ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	厚揚げのそぼろあん ブロッコリーのガーリック炒め ご飯 味噌汁 牛乳・納豆	一口つくねの照り焼き れんこんポテトサラダ ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	ウィンナー(2本) 小松菜とコーンのじゃこ和え ご飯 味噌汁 牛乳・のり佃煮	ピーマン肉詰めフライ いんげんとベーコンのソテー ご飯 味噌汁 牛乳・梅びしお	卵サラダ ハム ご飯・ドッグパン 味噌汁 牛乳・のり佃煮	ミートオムレツ ピーマンのおかか和え 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	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S									
601	19.9	18.1	93.5	2.2	596	21.2	19.8	85.9	2.0	600	17.6	19.9	90.7	2.0	563	19.9	17.9	83.4	2.8	543	15.0	16.0	89.7	2.1	663	20.4	18.7	106.6	3.0	498	16.3	10.3	88.5	2.4
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
昼食	豚肉の生姜焼き丼 オクラの梅おかか和え プチシュー ご飯 味噌汁	バaconとほうれん草の和風スパゲティ 肉団子の旨煮 ジョア 味噌汁	けんちんうどん 野菜コロッケ フルーツヨーグルト ご飯	チャーハンWITH肉そぼろ キュウリの中華和え フルーチェ イチゴ 春雨スープ	醤油らーめん(ゆで卵付き) ポテトの明太ソース みたらし白玉 ご飯	鶏南蛮風天丼 人参のナムル 黒糖ゼリー すまし汁	ビーフカレー ミックスサラダ フルーチェ ミックスオレンジ コンソメジュリアン																											
	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S				
	870	24.6	15.4	165.2	3.7	701	21.8	24.6	107.1	4.6	811	21.3	15.9	145.4	4.4	660	18.3	17.7	109.2	6.1	971	28.6	11.9	183.2	9.5	1049	23.2	48.6	130.4	2.9	642	12.1	18.4	112.3
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g
夕食	【入学・進級お祝い】 食堂人気メニュープレート 豚肉とシメジの炒め煮 マカロニサラダ ご飯 味噌汁	チキンの香味揚げ 切干大根の炒め煮 キャベツのお浸し ご飯 味噌汁	【広島】呉の肉じゃが わかめのツナ炒め ピーマンの三色マリネ ご飯 味噌汁	たらザンギ かぼちゃのカレー煮 茄子のみぞれ和え ご飯 味噌汁	チキンときのこの豆乳シチュー 焼きうどん(醤油味) 切干大根の青じそ和え ご飯 味噌汁	とんてき(四日市) さつまいものきんぴらバター風味 ブロッコリーとコーンのマヨソース ご飯 味噌汁	鶏肉と根菜の甘酢 カリフラワーとエリンギのコンソメ煮 冷奴1/4 ご飯 味噌汁																											
	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S				
	1622	33.2	59.6	236.3	6.7	808	31.2	21.9	120.0	3.6	783	18.4	17.5	133.9	5.8	590	19.0	10.0	106.4	3.4	881	29.5	21.7	146.5	5.3	919	30.3	26.9	133.6	5.1	687	14.4	13.9	126.9
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	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。