



# Weekly Menu



日曜日	1月19日 (月)	1月20日 (火)	1月21日 (水)	1月22日 (木)	1月23日 (金)	1月24日 (土)	1月25日 (日)
-----	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

朝食	チキンカツ	鶏飯	鶏肉団子の甘酢あん	きのこのスクランブルエッグ	厚揚げと野菜の生姜煮	ベーコン	温泉玉子
	キャベツとチャーシューの中華和え	うの花	コールスローサラダ	ハムとプロッコリーのマヨソース	味噌ポテト	ツナサラダ	豚挽肉とインゲンの味噌炒め
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯・ドッグパン	ご飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳・ふりかけ	牛乳	牛乳・ふりかけ	牛乳・納豆	牛乳・納豆	牛乳・ふりかけ	牛乳・ふりかけ

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					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					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					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					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					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					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					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			

中華 料理 食	わかめとんこつラーメン	肉味噌温玉丼(大豆ミート)	和風 豚甘辛炒めうどん	イベント 【カレーの日】 バーチキンカレー	パスタ カルボナーラ	豚肉の細切り飯	海鮮炒飯												
	にらともやしのチャンブルー	コーンポテト	大根の柚子和え	ワカメと玉葱の中華和え	ミックスサラダ	蒸し鶏とキャベツの辛子醤油	焼壳												
	ヨーグルトとグラノーラ	ブチシュー	プリン	ジョア	コーヒーゼリー	愛玉子	フルーチェ ピーチ												
	ご飯	コンソメジュリアン	ご飯	味噌汁	ご飯	春雨スープ	野菜スープ												
	E 756	P 25.5	F 12.7	C 133.9	S 8.9	E 746	P 25.8												
	kcal	g	g	g	g	P 975	F 18.3												
	kcal	g	g	g	g	C 120.8	S 4.7												
E 756	P 25.5	F 12.7	C 133.9	S 8.9	E 752	P 24.1	F 24.8	C 112.9	S 3.6	E 627	P 18.6	F 12.8	C 113.6	S 3.8	E 760	P 21.1	F 23.5	C 112.8	S 6.3
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

いつまでご利用いただけます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。