

Weekly Menu



日曜日	5月25日 (月)	5月26日 (火)	5月27日 (水)	5月28日 (木)	5月29日 (金)	5月30日 (土)	5月31日 (日)																							
朝食	プレーンオムレツ ハムと野菜のカレー炒め ご飯 味噌汁 牛乳・ふりかけ	メンチカツ ひじきと枝豆の煮物 ご飯 味噌汁 牛乳・納豆	ホウレン草のスクランブルエッグ キャベツと筍の炒め煮 ご飯 味噌汁 牛乳・ふりかけ	そぼろ肉じゃが 春雨サラダ ご飯 味噌汁 牛乳・納豆	豚野菜炒め 和風マカロニサラダ ご飯 春雨スープ 牛乳・ふりかけ	モーニング ハム たまごサラダ ご飯・ドッグパン マカロニと野菜のスープ 牛乳・ふりかけ	野菜たっぷり卵焼き 青梗菜とえのきのお浸し ご飯 味噌汁 牛乳・納豆																							
	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 kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g
昼食	味噌タンメン 肉団子の旨煮 たいやき ご飯	クリームミートソーススパゲティ ソーセージとキャベツのフレッシュサラダ フルーチェいちご スープ	イカ天ぷらうどん 大学芋 プリン ご飯 味噌汁	豚丼 玉ねぎとハムのマリネ フルーチェぶどう 味噌汁	ビーフフォー カラフルサラダ フルーツヨーグルト ご飯	豚肉の細切り飯 ポテトの磯辺揚げ フルーチェ イチゴ スープ	牛肉と野菜のすき焼き丼 餃子 パイン寒天ゼリー 味噌汁																							
	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g
	夕食	油淋鶏 塩コーンポテト 大根の柚子和え ご飯 スープ	アジフライ ラビゴットソース あんかけ豆腐 もやしときくらげの中華和え ご飯 味噌汁	がんばる人のチカラになるごはん! 勝手飯 豚肉のトマト生姜焼きセット	揚げ出し豆腐のあんかけ 根菜のグリル ブロッコリーのカレーマヨ和え ご飯 味噌汁	グリルチキン ベーコンオニオンソース 白菜とハムの炒め 揚げ加子のオリーブ和え ご飯 味噌汁	豚と根菜の甘辛きんぴら ケチャップスパゲッティー 蒸し鶏と胡瓜の梅和え ご飯 味噌汁	鶏肉のマスタードソース&野菜コロッケ 根菜の田舎風 青菜と白菜のぼん酢がけ ご飯 味噌汁																						
E kcal		P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S g	E kcal	P g	F g	C g	S 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。