Weekly Menu

日 曜日	4月13日 （月）	4月14日 （火）	4月15日 （水）	4月16日 （木）	4月17日 （金）	4月18日 （土）	4月19日 （日）
朝食	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 照り焼きハンバーグ スパゲティと玉葱のサラダ コーンと玉葱のスープ 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー だし茶漬け うの花 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ミニとんかつ 大根とベーコンの洋風きんぴら キャベツともやしの味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー きのこのスクランブルエッグ ポテトといんげんのサラダ わかめと玉葱の味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 鶏肉団子の甘酢あん さつま芋サラダ わかめと玉葱の味噌汁 牛乳	1年生以外 選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ベーコン 小松菜としらすのお浸し もやしと人参のスープ 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ミートオムレツ ポテトサラダ わかめと玉葱の味噌汁 牛乳
	E P F C Salt ライスセット 565 kcal 17 g 17 g 87 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 564 kcal 20 g 24 g 73 g 4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 809 kcal 23 g 13 g 148 g 4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 808 kcal 26 g 20 g 134 g 5 g アレルゲン：小麦 ● 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 612 kcal 19 g 17 g 96 g 2 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 611 kcal 22 g 24 g 83 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 597 kcal 17 g 23 g 80 g 2 g アレルゲン：小麦 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 596 kcal 20 g 30 g 67 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 625 kcal 18 g 19 g 95 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 624 kcal 21 g 26 g 82 g 4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 512 kcal 16 g 17 g 75 g 2 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 511 kcal 18 g 24 g 62 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt ライスセット 540 kcal 17 g 13 g 88 g 3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ パンセット 539 kcal 19 g 20 g 75 g 4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
昼食	A定食 もやしあんかけ とんこつラーメン B定食 チキンソテー 和風きのこソース 共通メニュー フライドポテト ヨーグルト　イチゴソース ライス もやしと人参のスープ	A定食 【イースター】 パンケーキプレート B定食 ポークチャップ 共通メニュー 青梗菜ともやしのナムル 青りんごゼリー ライス コンソメジュリアン	A定食 【北九州】 豚ごぼう天うどん B定食 肉団子と野菜のスプカレー煮 共通メニュー さつま揚げと人参のきんぴら ピーチ寒天ゼリー ライス キャベツと油揚げの味噌汁	A定食 蒸し鶏のトマトソースパスタ B定食 豚のピリ辛甘味噌炒め 共通メニュー ミックスビーンズのマリネ フルーツ白玉 ライス コンソメジュリアン	1年生以外 A定食 カレーライス(鶏) B定食 豚と筍の玉子炒め 共通メニュー 竹輪とわかめの和風マヨ和え バナナ ライス マカロニと野菜のスープ	1年生以外 A定食 親子丼 B定食 共通メニュー 餃子 愛玉子 ライス わかめと玉葱の味噌汁	A定食 中華丼 B定食 共通メニュー 揚げ茄子の葱ソース フルーチェ　ピーチ ライス わかめスープ
	E P F C Salt A定食 900 kcal 27.7 g 20.0 g 148.0 g 10.6 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 814 kcal 34.0 g 26.6 g 109.5 g 3.3 g アレルゲン：小麦 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 1,058 kcal 33.5 g 69.9 g 74.3 g 9.1 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 687 kcal 23.2 g 16.1 g 108.5 g 3.8 g アレルゲン：小麦 ● 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 1,075 kcal 26.3 g 27.7 g 180.6 g 8.3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ B定食 793 kcal 21.1 g 16.5 g 137.7 g 4.9 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 860 kcal 26.5 g 8.7 g 167.4 g 4.5 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ B定食 820 kcal 21.1 g 26.3 g 122.7 g 5.2 g アレルゲン：小麦 ● 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 745 kcal 17.5 g 20.8 g 121.2 g 5.1 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 1,034 kcal 28.3 g 51.5 g 111.3 g 4.3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 766 kcal 32.2 g 21.0 g 109.2 g 5.0 g アレルゲン：小麦 ● 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 721 kcal 17.9 g 22.0 g 111.4 g 5.4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
夕食	A定食 とんかつ　おろしぽん酢 B定食 鶏肉と野菜の卵炒め 共通メニュー 竹輪の味噌だれ 大根とツナのおかか和え ライス キャベツと油揚げの味噌汁	A定食 シューマイのピリ辛 野菜あんかけ B定食 ちくぜん煮 共通メニュー カレー焼きうどん 白菜と玉葱の和風和え ライス 大根と油揚げの味噌汁	A定食 チキンソテー ガーリック醤油風味 B定食 豚の粗挽きペッパー焼き 共通メニュー 花野菜のコンソメ煮 きゅうりの生姜醤油 ライス 玉葱と油揚げの味噌汁	A定食 鶏もも肉の衣揚げ 薬味ソース B定食 牛肉とニラのガーリック炒め 共通メニュー ひじきと切干大根のきんぴら 白菜の塩昆布和え ライス 大根と油揚げの味噌汁	1年生以外 A定食 ポテト麻婆 B定食 鶏肉と野菜のうま煮 共通メニュー 大豆の甘辛絡め いんげんの和風マスタード和え ライス もやしとわかめの味噌汁	A定食 鯖のキムチマヨ焼き B定食 共通メニュー 青梗菜と油揚げの炒め キャベツとオクラの塩昆布和え ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁	A定食 梅しそ竜田揚げ＆焼きコロッケ B定食 共通メニュー さつま芋と大根の煮物 胡瓜とカリフラワーの梅和え ライス もやしとインゲンの味噌汁
	E P F C Salt A定食 787 kcal 22.6 g 22.1 g 121.7 g 5.7 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 855 kcal 31.1 g 30.4 g 111.0 g 3.8 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 863 kcal 23.3 g 19.2 g 145.6 g 6.4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 777 kcal 24.1 g 18.0 g 130.0 g 4.4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 739 kcal 34.0 g 23.0 g 97.4 g 3.1 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 649 kcal 23.9 g 18.4 g 96.0 g 3.3 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 1,307 kcal 33.5 g 70.0 g 131.7 g 4.7 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 782 kcal 23.1 g 31.6 g 100.4 g 4.8 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 747 kcal 23.5 g 11.3 g 136.9 g 6.8 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ B定食 860 kcal 27.1 g 32.7 g 113.0 g 4.4 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 979 kcal 29.5 g 53.4 g 95.8 g 4.1 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	E P F C Salt A定食 804 kcal 17.8 g 23.8 g 128.6 g 5.2 g アレルゲン：小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ

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　Salt:食塩相当量

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。

＊アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くるみ」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。