Weekly Menu

日 曜日	4月20日 （月）	4月21日 （火）	4月22日 （水）	4月23日 （木）	4月24日 （金）	4月25日 （土）	4月26日 （日）
朝食	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ウィンナー ソース味ビーフン キャベツと油揚げの味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 606 kcal 21 g 22 g 81 g 3 g アレルゲン 小麦 ● パンセット 604 kcal 24 g 26 g 72 g 4 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 厚揚げの柳川風 えんどう豆の中華和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 615 kcal 21 g 17 g 95 g 5 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 613 kcal 24 g 21 g 86 g 6 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 和風スクランブル キャベツのツナマヨサラダ もやしとインゲンの味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 588 kcal 23 g 21 g 79 g 3 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 586 kcal 26 g 25 g 69 g 5 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー コーンフライ ひじきと大豆の煮物 大根とわかめの味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 723 kcal 18 g 30 g 96 g 3 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 721 kcal 21 g 34 g 87 g 4 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ハンバーグ 大根と人参の炒め煮 野菜スープ 牛乳 E P F C Salt ライスセット 549 kcal 17 g 16 g 85 g 3 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 547 kcal 20 g 20 g 76 g 4 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー チリコンカン 蒸し鶏と野菜のレモンマリネ わかめと玉葱の味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 534 kcal 21 g 14 g 83 g 2 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 532 kcal 24 g 18 g 73 g 3 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 目玉焼き 野菜と春雨の炒め キャベツともやしの味噌汁 牛乳 E P F C Salt ライスセット 582 kcal 21 g 18 g 84 g 2 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● パンセット 580 kcal 24 g 22 g 75 g 3 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●
昼食	A定食 わかめラーメン B定食 鶏むね肉の漬け焼き 共通メニュー 揚げだし豆腐 カップヨーグルト ライス 大根と油揚げの味噌汁 E P F C Salt A定食 869 kcal 30.4 g 17.6 g 141.1 g 7.9 g アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● B定食 818 kcal 43.3 g 18.7 g 116.6 g 4.1 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 イベント お花見弁当風 B定食 水餃子の五目あん 共通メニュー いんげんと茄子の炒め煮 蒟蒻オレンジゼリー ライス もやしと油揚げの味噌汁 E P F C Salt A定食 1,003 kcal 24.0 g 46.3 g 119.1 g 4.4 g アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● B定食 782 kcal 16.1 g 22.0 g 128.3 g 4.2 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 鶏南蛮うどん B定食 ビックメンチカツ 共通メニュー ポテトの醤油バター風味 杏仁フルーツ ライス 大根とわかめの味噌汁 E P F C Salt A定食 927 kcal 23.9 g 26.3 g 146.6 g 6.0 g アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● B定食 1,096 kcal 21.0 g 51.4 g 133.0 g 2.6 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 旬 あさりと菜の花のペペロンチーノ B定食 鶏肉の生姜焼き 共通メニュー 枝豆の白和え いちごゼリー ライス 豆腐とわかめの味噌汁 E P F C Salt A定食 1,206 kcal 33.5 g 49.0 g 158.4 g 11.1 g アレルゲン 小麦 ● B定食 843 kcal 35.8 g 25.9 g 116.1 g 3.6 g アレルゲン 小麦 ●	A定食 カレーライス B定食 豚甘辛炒め 共通メニュー パプリカと大根のピクルス あずきミルクプリン ライス もやしとインゲンの味噌汁 E P F C Salt A定食 792 kcal 17.1 g 24.7 g 125.9 g 4.4 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● B定食 792 kcal 23.7 g 20.4 g 126.4 g 4.2 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 オムライスデミグラスソース B定食 共通メニュー 切干大根のゆず胡椒風味 フルーチェ　ミックスベリー ライス 大根とわかめの味噌汁 E P F C Salt A定食 698 kcal 16.8 g 17.9 g 115.6 g 4.9 g アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ●	A定食 ガパオライス B定食 共通メニュー 小松菜の香味浸し 三色寒天ゼリー ライス コンソメジュリアン E P F C Salt A定食 657 kcal 31.3 g 22.5 g 83.8 g 3.5 g アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ●
夕食	A定食 ささみマヨかつ B定食 肉みそキャベツ 共通メニュー ラタトゥイユ 大根の塩昆布和え ライス キャベツとわかめの味噌汁 E P F C Salt A定食 956 kcal 24.7 g 43.1 g 114.4 g 4.0 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● B定食 673 kcal 25.1 g 19.6 g 100.6 g 4.3 g アレルゲン 小麦 ●	A定食 鯖の唐揚げ　香味だれ B定食 ハンバーグ きのこクリームソース 共通メニュー 栗かぼちゃの含め煮 青梗菜のお浸し ライス わかめと玉葱の味噌汁 E P F C Salt A定食 912 kcal 29.7 g 36.4 g 115.9 g 5.0 g アレルゲン 小麦 ● B定食 722 kcal 24.1 g 16.4 g 118.2 g 4.5 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 スペシャル 【勝ち飯】 揚げ鶏と５種野菜の 香味ソースセット E P F C Salt A定食 985 kcal 41.7 g 27.5 g 140.6 g 3.7 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 スパイシーポークジンジャー B定食 チキンのデミトマやわらか煮 共通メニュー じゃがいもとピーマンのカレー炒め オクラの梅おかか和え ライス わかめと玉葱の味噌汁 E P F C Salt A定食 692 kcal 25.2 g 16.6 g 108.8 g 5.6 g アレルゲン 小麦 ● B定食 801 kcal 28.6 g 22.2 g 119.9 g 4.6 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 鶏肉のマヨ味噌焼き B定食 フランクフルトと根菜のポトフ 共通メニュー 明太子スパゲッティ きゅうりともやしのピリ辛和え ライス 玉葱と油揚げの味噌汁 E P F C Salt A定食 847 kcal 30.4 g 31.5 g 108.8 g 3.1 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● 落花生 ● B定食 840 kcal 27.3 g 24.4 g 126.5 g 5.5 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 揚げ鶏のネギ南蛮だれ B定食 共通メニュー ミニおでん コーンとブロッコリーのマヨソース ライス キャベツと油揚げの味噌汁 E P F C Salt A定食 835 kcal 30.4 g 31.7 g 104.3 g 4.9 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ●	A定食 かつ煮 B定食 共通メニュー ペンネアラビアータ 白菜とツナのポン酢和え ライス 大根とわかめの味噌汁 E P F C Salt A定食 930 kcal 28.9 g 29.6 g 134.2 g 6.7 g アレルゲン 小麦 ● 乳 ● 落花生 ●

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。