



Weekly Menu



日曜日	6月29日 (月)	6月30日 (火)	7月1日 (水)	7月2日 (木)	7月3日 (金)	7月4日 (土)	7月5日 (日)
朝食	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー オクラのスクランブルエッグ 和風スパゲッティー 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 和風マーボ豆腐 和とチャーシューの中華和え 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 きゃべつメンチカツ コーンとわかめの和え物 もやしとインゲンの味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 水餃子 ほうれん草と白滝のお浸し じゃが芋とキャベツの味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー 肉団子のチリソース おくらのわさび醤油 キャベツと玉葱の味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ささみ磯辺天 炒り豆腐 じゃが芋とわかめの味噌汁 牛乳	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー ニラ玉炒め ツナとプロッコリーのマカロニサラダ わかめと玉葱の味噌汁 牛乳
	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt
	ライスセット 856 kcal 23g 24g 142g 3g	ライスセット 779 kcal 26g 21g 126g 3g	ライスセット 833 kcal 24g 23g 137g 4g	ライスセット 707 kcal 21g 15g 126g 3g	ライスセット 749 kcal 21g 18g 131g 2g	ライスセット 789 kcal 29g 21g 127g 2g	ライスセット 759 kcal 22g 21g 124g 2g
	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
	パンセット 683 kcal 22g 31g 87g 4g	パンセット 606 kcal 26g 28g 71g 4g	パンセット 660 kcal 23g 29g 82g 5g	パンセット 534 kcal 20g 21g 71g 4g	パンセット 576 kcal 21g 24g 75g 4g	パンセット 616 kcal 29g 27g 72g 3g	パンセット 586 kcal 21g 28g 69g 3g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	
昼食	A定食 とんこつ醤油らーめん	A定食 トマトおろしの夏越牛丼	A定食 (冷)竹輪うどん	A定食 サラダチキンのペペロンチーノ	A定食 キーマカレー	A定食 ロコモコハンバーグ 目玉焼き添え	A定食 葱チャーシュー炒飯
	B定食 鶏の照り焼き	B定食 豚とチンゲン菜の 塩しモン炒め	B定食 和風ハンバーグの玉長葱塩ソース	B定食 牛肉のオイスターソース炒め	B定食 鶏もものレモン ペッパーグリル	B定食	B定食
	共通メニュー 野菜コロッケ ブチシュー ライス 玉葱と油揚げの味噌汁	共通メニュー 春雨の中華和え物 みかん寒天ゼリー ライス キャベツと玉葱の味噌汁	共通メニュー 揚げだし豆腐 みたらし白玉 ライス キャベツと大根の味噌汁	共通メニュー 枝豆コーンソテー 蒟蒻ぶどうゼリー ライス キャベツと玉葱の味噌汁	共通メニュー パンキンサラダ カフェラテ風プリン ライス コンソメジュリアン	共通メニュー コンソメポテト ヨーグルト ブルーベリー ライス 巻麩とワカメのすまし汁	共通メニュー きのこあかけ豆腐 フルーチェ パナナ ライス 春雨スープ
	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt
	A定食 964 kcal 27.4g 17.1g 172.2g 9.1g	A定食 867 kcal 24.4g 29.2g 133.6g 4.1g	A定食 1,146 kcal 26.3g 14.7g 229.6g 6.6g	A定食 1,124 kcal 35.2g 27.3g 189.1g 5.0g	A定食 817 kcal 21.1g 21.1g 139.5g 4.2g	A定食 943 kcal 25.4g 31.7g 141.2g 4.0g	A定食 782 kcal 19.0g 18.3g 137.5g 4.5g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	
B定食 873 kcal 33.2g 27.1g 127.2g 3.7g	B定食 920 kcal 23.1g 30.3g 139.7g 2.6g	B定食 1,084 kcal 28.5g 35.1g 166.1g 5.4g	B定食 922 kcal 23.1g 31.4g 141.9g 4.0g	B定食 957 kcal 32.4g 35.5g 129.5g 3.8g			
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>			
夕食	A定食 チキンの香味揚げ	A定食 豚ロースのとんてき風	A定食 チキンピカタ トマトソース	A定食 鶏の唐揚げ 青のり風味	A定食 メンチカツ&コーンフライ	A定食 揚げ餃子の南蛮ソース	A定食 豚野菜巻きフライと 玉子サラダフライ
	B定食 さばのスパイシー カレーソテー	B定食 チキンストロガノフ	B定食 夏野菜の四川風炒め	B定食 麻婆茄子	B定食 肉じゃが	B定食	B定食
	共通メニュー 豚とシメジの炒め煮 ごぼうのポテトサラダ ライス キャベツともやしの味噌汁	共通メニュー れんこん肉詰めフライ 白菜とツナのサラダ ライス 豆腐とわかめの味噌汁	共通メニュー さつま芋のきんぴらバター風味 ワカメツナサラダ ライス 大根と油揚げの味噌汁	共通メニュー 切干大根の炒め煮 3種の豆のシーザー和え ライス 大根とわかめの味噌汁	共通メニュー いんげんと茄子の炒め煮 小松菜としらすのお浸し ライス もやしとわかめの味噌汁	共通メニュー 焼きうどん(醤油味) 海藻とオニオンのマリネサラダ ライス 玉葱と油揚げの味噌汁	共通メニュー カリフラワーのコンソメ煮 もやしの赤しそ和え ライス キャベツともやしの味噌汁
	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt	E P F C Salt
	A定食 952 kcal 34.8g 30.9g 136.6g 3.5g	A定食 1,028 kcal 30.3g 38.4g 141.8g 6.2g	A定食 969 kcal 38.7g 33.0g 130.7g 4.1g	A定食 898 kcal 32.1g 29.0g 131.2g 2.5g	A定食 975 kcal 21.5g 34.5g 147.2g 4.0g	A定食 1,233 kcal 19.4g 58.0g 160.5g 5.4g	A定食 903 kcal 26.7g 26.1g 142.4g 3.8g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	
B定食 910 kcal 31.1g 34.9g 123.4g 2.7g	B定食 1,090 kcal 34.4g 41.6g 148.3g 4.7g	B定食 1,072 kcal 30.0g 45.7g 138.4g 5.0g	B定食 823 kcal 20.9g 22.5g 139.0g 5.6g	B定食 823 kcal 22.4g 17.8g 146.3g 4.5g			
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>			

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。