

★ Weekly Menu																																															
日曜日	7月13日 (月)						7月14日 (火)						7月15日 (水)						7月16日 (木)						7月17日 (金)						7月18日 (土)						7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						選択メニュー ライス トースト 共通メニュー						選択メニュー ライス トースト 共通メニュー						選択メニュー ライス トースト 共通メニュー						選択メニュー ライス トースト 共通メニュー						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 白菜と挽肉の炒め煮 大根とわかめの味噌汁 牛乳						ハンバーグ 人参とチリメンジャコのきんぴら もやしとインゲンの味噌汁 牛乳						 冷やしだし茶漬け うの花 牛乳						だし巻き玉子 蒸し鶏とごぼうのマヨ和え キャベツと大根の味噌汁 牛乳						厚揚げの柳川風 青梗菜のゆず醤油 キャベツと玉葱の味噌汁 牛乳						ウィンナー ポテトの醤油バター風味 大根と油揚げの味噌汁 牛乳						目玉焼き 蒸し鶏のコールスローサラダ キャベツと玉葱の味噌汁 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 739 21 20 123 2 kcal g g g g						ライスセット 719 22 16 127 3 kcal g g g g						ライスセット 1,021 30 14 196 6 kcal g g g g						ライスセット 743 24 19 122 2 kcal g g g g						ライスセット 761 24 16 133 5 kcal g g g g						ライスセット 868 24 32 124 2 kcal g g g g						ライスセット 694 19 15 124 2 kcal g g g g										
	 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ										
	パンセット 566 21 26 68 4 kcal g g g g						パンセット 546 22 22 72 4 kcal g g g g						パンセット 560 22 13 91 6 kcal g g g g						パンセット 570 23 26 67 3 kcal g g g g						パンセット 588 23 23 78 6 kcal g g g g						パンセット 695 24 39 69 3 kcal g g g g						パンセット 521 19 22 68 3 kcal g g g g										
 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ											
 昼食	A定食  冷やしサラダラーメン						A定食 味噌チキンカツ						A定食  冷やし豚甘辛炒めうどん						A定食  カルボナーラ						A定食  カレーライス（鶏）						A定食 麻婆豆腐飯						A定食  おろし豚焼肉丼										
	B定食 鶏五目炒り豆腐の磯辺あん 共通メニュー						B定食 豚肉のうま塩レモンガーリック炒め 共通メニュー						B定食 揚げ餃子の四川ソース 共通メニュー						B定食 ピーマン肉詰めフライと野菜コロッケ 共通メニュー						B定食 照焼きハンバーグ 共通メニュー						B定食 共通メニュー						B定食 共通メニュー										
	揚げワンタン 甘酢ソース カップヨーグルト ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁						キャベツとメンマの中華和え 蒟蒻オレンジゼリー ライス じゃが芋とわかめの味噌汁						大学芋 杏仁フルーツ ライス キャベツと大根の味噌汁						白菜のお浸し ブルーベリーミルクプリン ライス キャベツと玉葱のスープ						じゃが芋の甘辛炒め いちごゼリー ライス わかめスープ						小松菜とコーンのソテー フルーチェ ミックスベリー ライス コンソメジュリアン						レンコンとベーコンの炒め 三色寒天ゼリー ライス 大根とわかめの味噌汁										
	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 1,068 37.9 20.6 184.8 8.5 kcal g g g g						A定食 946 23.6 20.7 168.9 3.6 kcal g g g g						A定食 1,185 24.3 33.3 198.2 5.5 kcal g g g g						A定食 1,250 32.9 41.7 190.7 4.6 kcal g g g g						A定食 880 18.7 19.6 159.2 4.3 kcal g g g g						A定食 841 29.9 19.6 141.1 5.6 kcal g g g g						A定食 924 27.1 24.3 150.5 3.2 kcal g g g g										
	 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ										
B定食 999 36.0 30.5 148.8 4.4 kcal g g g g						B定食 938 23.7 34.7 136.1 2.8 kcal g g g g						B定食 947 18.4 25.4 162.5 4.5 kcal g g g g						B定食 924 20.5 27.9 151.9 2.9 kcal g g g g						B定食 891 23.8 22.0 151.5 4.9 kcal g g g g																							
 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ																	
 夕食	A定食 鶏肉のパン粉焼きカレー風味 B定食 メンチカツきのこハヤシソース 共通メニュー						A定食 ケイジャンチキン B定食 イカと玉子と春雨の中華炒め 共通メニュー						A定食 ヒレカツ B定食 鶏肉のシーザーサラダ仕立て 共通メニュー						A定食 チキンの衣揚げデミマヨソース B定食 豚肉とインゲンの炒め 共通メニュー						A定食 豚肉の生姜焼き B定食 ホキのカレーマヨ焼き 共通メニュー						A定食 チキンクリームシチュー B定食 共通メニュー						A定食 豚肉のねぎ塩焼き B定食 共通メニュー										
	春雨ともやしの炒め物 花野菜のサラダ ライス キャベツと油揚げの味噌汁						いんげんとベーコンのソテー スパゲティーサラダ ライス キャベツと大根の味噌汁						豚と野菜のビーフン 蓮根と玉葱のマヨ和え ライス もやしとわかめの味噌汁						かぼちゃとベーコンの和風煮 おくらとえのきのお浸し ライス キャベツとわかめの味噌汁						白滝ときのこのピリ辛炒め 海藻と玉ねぎの梅おかか和え ライス キャベツと大根の味噌汁						オニオンリングフライ 香味野菜の青じそ風味 ライス 玉葱と油揚げの味噌汁						もやしとホウレン草の加-チャ-チエ ブロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ ライス もやしとわかめの味噌汁										
	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 973 40.4 30.0 138.4 3.7 kcal g g g g						A定食 872 33.5 29.9 120.2 4.0 kcal g g g g						A定食 920 29.9 22.7 150.8 4.9 kcal g g g g						A定食 1,078 39.4 38.5 147.6 4.4 kcal g g g g						A定食 852 27.5 25.9 129.7 4.5 kcal g g g g						A定食 1,035 25.8 35.9 155.5 4.9 kcal g g g g						A定食 962 23.7 40.3 126.8 4.7 kcal g g g g										
	 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ										
	B定食 1,045 24.7 37.7 155.4 4.7 kcal g g g g						B定食 1,023 26.7 39.1 145.2 3.7 kcal g g g g						B定食 905 42.1 29.4 121.9 3.8 kcal g g g g						B定食 927 23.9 34.3 134.9 4.4 kcal g g g g						B定食 778 30.5 19.8 120.1 4.1 kcal g g g g																						
 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <るみ						 アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <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。