Weekly Menu

日 曜日	9月14日 （月）	9月15日 （火）	9月16日 （水）	9月17日 （木）	9月18日 （金）	9月19日 （土）	9月20日 （日）
朝食	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト	選択メニュー ライス トースト
	共通メニュー プレーンオムレツ ハムと野菜のカレー炒め キャベツと油揚げの味噌汁 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー 厚揚げの柳川風 ひじきと枝豆の煮物 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー 野菜たっぷり卵焼き 青梗菜とえのきのお浸し マカロニと野菜のスープ 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー そぼろ肉じゃが ツナとコーンのスパゲティサラダ キャベツと玉葱の味噌汁 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー ホキのスパイシーカレーソテー 冷奴 もやしとインゲンの味噌汁 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー 豚野菜炒め かぼちゃとブロッコリーのサラダ キャベツともやしの味噌汁 牛乳・ヨーグルト	共通メニュー 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 大根と油揚げの味噌汁 牛乳・ヨーグルト
	E P F C Salt ライスセット 694 kcal 20 g 13 g 124 g 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 ライスセット 799 kcal 26 g 18 g 136 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 760 kcal 26 g 16 g 128 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 749 kcal 21 g 16 g 131 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 737 kcal 31 g 13 g 124 g 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 ライスセット 777 kcal 22 g 20 g 129 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 718 kcal 21 g 17 g 119 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 521 kcal 19 g 20 g 69 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 626 kcal 25 g 24 g 81 g 6 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 587 kcal 25 g 22 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	パンセット 576 kcal 20 g 23 g 76 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 564 kcal 31 g 19 g 69 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 604 kcal 21 g 27 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	パンセット 545 kcal 20 g 24 g 64 g 3 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 レモンおろしだれの冷やし中華	A定食 豚肉丼	A定食 冷やしきつねうどん	A定食 カレーライス	A定食 チキンとキャベツのコンソメ煮	A定食 豚肉の細切り飯	A定食 ガパオライス
	B定食	B定食	B定食	B定食	B定食	B定食	B定食
	共通メニュー 豚の味噌コーンバター おくらとえのきのお浸し ライス キャベツと玉葱ののスープ	共通メニュー 根菜の田舎風 玉ねぎとハムのマリネ ライス 春雨スープ	共通メニュー 竹輪天ぷら ブロッコリーとパプリカのナムル ライス 蒟蒻ピーチゼリー	共通メニュー 温泉玉子 ソーセージとキャベツのフレンチサラダ グレープフルーツゼリー	共通メニュー ペンネアラビアータ 菜の花のお浸し ライス ブルーベリーミルクプリン	共通メニュー ポテトの磯辺揚げ カリフラワーのピクルスゆず風味 ライス もやしと油揚げの味噌汁	共通メニュー 揚げ餃子 タイ風春雨サラダ 野菜スープ
	E P F C Salt A定食 983 kcal 37.7 g 10.9 g 183.9 g 7.4 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 981 kcal 25.0 g 32.2 g 148.6 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 1,013 kcal 25.1 g 14.2 g 198.7 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 980 kcal 26.9 g 25.8 g 162.8 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	E P F C Salt A定食 1,120 kcal 41.6 g 30.1 g 175.5 g 7.0 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 859 kcal 26.3 g 18.2 g 150.5 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 969 kcal 33.0 g 38.0 g 130.9 g 4.0 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 プルコギポーク	A定食 油淋鶏	スペシャル ［勝ち飯］ カラフル回鍋肉セット	A定食 ヒレカツ	A定食 グリルチキン ベーコンオニオンソース	A定食 麻婆春雨	A定食 ポークビーンズ
	B定食	B定食		B定食	B定食	B定食	B定食
	共通メニュー 塩コーンポテト 白菜とツナのサラダ ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁	共通メニュー コーンとほうれん草のソテー もやしときくらげの中華和え ライス 玉葱と油揚げの味噌汁		共通メニュー 根菜のグリル 揚げ茄子のオリーブ和え ライス もやしとわかめの味噌汁	共通メニュー 白菜とハムの炒め 人参とにらのナムル ライス キャベツと大根の味噌汁	共通メニュー 春巻 蒸し鶏と胡瓜の青じそ和え ライス コーンと玉葱のスープ	共通メニュー 和風スパゲッティ 青菜と白菜のぽん酢がけ ライス フルーツヨーグルト
	E P F C Salt A定食 980 kcal 26.4 g 36.0 g 138.0 g 3.4 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 971 kcal 36.5 g 35.0 g 131.0 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	E P F C Salt A定食 1,109 kcal 41.0 g 32.9 g 242.7 g 3.7 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 898 kcal 26.4 g 25.2 g 142.9 g 3.5 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 A定食 978 kcal 37.7 g 30.1 g 142.4 g 4.2 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 899 kcal 27.1 g 17.5 g 162.5 g 7.2 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 985 kcal 31.1 g 33.0 g 145.7 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

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。