

日曜日	10月19日 (月)	10月20日 (火)	10月21日 (水)	10月22日 (木)	10月23日 (金)	10月24日 (土)	10月25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	選択メニュー ライス トースト 共通メニュー
	肉団子（甘酢だれ） ピーマンのマリネ マカロニと野菜のスープ 牛乳	焼売 炒り豆腐 わかめと玉葱の味噌汁 牛乳	ニラ玉炒め ツナとブロッコリーのマカロニサラダ キャベツともやしの味噌汁 牛乳	鯖の味噌煮 ひじきと白滝の煮物 じゃが芋とキャベツの味噌汁 牛乳	ミートオムレツ ハムと野菜のカレー炒め キャベツと玉葱の味噌汁 牛乳	和風マーボ豆腐 白菜とチャーシューの炒め じゃが芋とわかめの味噌汁 牛乳	トマトスクランブルエッグ 和風スパゲッティ 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 765 23 14 139 3 kcal g g g g	ライスセット 761 23 18 128 4 kcal g g g g	ライスセット 772 22 21 124 2 kcal g g g g	ライスセット 916 34 23 141 4 kcal g g g g	ライスセット 708 21 13 127 2 kcal g g g g	ライスセット 791 25 22 126 3 kcal g g g g	ライスセット 814 22 19 140 3 kcal g g g g
	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 592 22 20 83 4 kcal g g g g	パンセット 588 23 24 73 5 kcal g g g g	パンセット 599 22 28 69 3 kcal g g g g	パンセット 743 33 30 86 5 kcal g g g g	パンセット 535 20 20 72 4 kcal g g g g	パンセット 618 25 28 71 4 kcal g g g g	パンセット 641 22 26 85 4 kcal g g g g
昼食	A定食 わかめとんこつラーメン B定食 牛肉のオイスター ソース炒め 共通メニュー 野菜コロッケ プチシュー ライス 玉葱と油揚げの味噌汁	おすすめ A定食 ロコモコハンバーグ 目玉焼き添え B定食 共通メニュー ベーコンとポテトのガーリック醬油炒め 豆もやしのナムル ライス 春雨スープ	A定食 味噌煮込みうどん B定食 共通メニュー 竹輪磯辺天 白菜のボン酢和え ライス みたらし白玉	カレー A定食 カレーライス（鶏） B定食 共通メニュー チーズチキンフライ 大根ミックスサラダ ライス カフェラテ風プリン	晩秋の味覚 A定食 栗としめじの クリームスパゲティ B定食 揚げ餃子の南蛮ソース 共通メニュー ポテトの甘辛炒め 蒟蒻ぶどうゼリー ライス ポテトと人参のスープ	丼 A定食 3色丼 B定食 共通メニュー 枝豆コーンソテー 人参とニラのナムル ライス 大根と油揚げの味噌汁	A定食 葱チャーシュー炒飯 B定食 共通メニュー 揚げ焼売 春雨の中華和え物 ライス コンソメジュリアン
	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 966 28.1 19.8 174.6 10.6 kcal g g g g	A定食 933 28.7 26.2 148.9 4.6 kcal g g g g	A定食 1,178 35.0 17.4 223.4 7.0 kcal g g g g	A定食 967 23.4 26.5 162.3 3.2 kcal g g g g	A定食 1,029 26.8 18.2 196.4 3.3 kcal g g g g	A定食 1,105 39.4 42.4 145.0 4.8 kcal g g g g	A定食 1,008 22.1 32.4 158.0 5.7 kcal g g g g
	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 938 21.6 34.7 139.5 3.9 kcal g g g g				B定食 1,264 18.5 58.8 167.3 3.6 kcal g g g g		
	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 鶏もものレモン パッパグリル B定食 鯖フライ カレーソース 共通メニュー 豚とシメジの炒め煮 海藻とオニオンのマリネサラダ ライス キャベツともやしの味噌汁	全国得意店メニュー A定食 【新居浜】 ザンキ B定食 共通メニュー わかめのツナ炒め もやしの赤じそ和え ライス 玉葱と油揚げの味噌汁	おすすめ A定食 チキンストロガノフ B定食 共通メニュー さつま芋のきんぴらバター風味 菜の花のお浸し ライス パイン寒天ゼリー	A定食 メンチカツ＆ コーンフライ B定食 共通メニュー 切干大根の炒め煮 いんげんの和風マスタード和え ライス 大根とわかめの味噌汁	A定食 豚肉炒め （卵と野菜のビーフン炒め） B定食 チキンピカタ マスタードクリームソース 共通メニュー 小松菜とコーンの煮浸し 3種の豆のシーザー和え ライス もやしとわかめの味噌汁	A定食 ポークジンジャー ソース炒め B定食 共通メニュー 焼きうどん（醤油味） 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	A定食 豚肉と豆腐の オイスターソースうま煮 B定食 共通メニュー カリフラワーのコンソメ煮 おくら納豆 ライス 豆腐とわかめの味噌汁
	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 1,114 36.6 45.5 142.3 13.8 kcal g g g g	A定食 924 37.1 29.4 130.0 4.7 kcal g g g g	A定食 1,065 34.8 32.2 160.8 3.2 kcal g g g g	A定食 1,088 26.3 36.6 166.6 4.4 kcal g g g g	A定食 1,228 31.1 59.9 147.3 5.0 kcal g g g g	A定食 975 25.1 36.5 138.0 3.7 kcal g g g g	A定食 1,021 40.0 35.9 140.6 7.4 kcal g g g g
	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 921 24.3 29.3 140.6 3.6 kcal g g g g				B定食 941 40.9 32.9 124.8 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 <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。