



# 平成30年 2月献立



日曜日	2月1日 木				2月2日 金				2月3日 土				2月4日 日				2月5日 月				2月6日 火				2月7日 水				2月8日 木																																																					
朝食	ご飯・パン 高野豆腐・玉葱の味噌汁 ジャム・マーガリン				ご飯 パン ジャム・マーガリン				五目ご飯・パン キャベツ・揚げの味噌汁 ジャム・マーガリン				ご飯・パン 麩・玉葱の味噌汁 ジャム・マーガリン				ご飯 パン ジャム・マーガリン				ご飯・パン 清まし汁 ジャム・マーガリン				ご飯 パン ジャム・マーガリン				ご飯・パン 麩・ほうれん草の味噌汁 ジャム・マーガリン																																																					
	ホッケの塩焼き 小松菜のお浸し 納豆 牛乳				チリコンカン マカロニサラダ 野菜サラダ 飲み物				鱈の竜田揚げ ブロッコリーのマヨ和え 味のり・紅生姜 牛乳				さわらの照焼 筍の土佐煮 納豆 牛乳				ミートボール ポテトサラダ 野菜サラダ 飲み物				鮭の塩焼き 切干大根煮 塩辛 牛乳				ハムと玉葱のソテー オムレツ 野菜サラダ 飲み物				肉野菜炒め 厚焼玉子 納豆 牛乳																																																					
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g																																														
	男子	751	33.1	14.7	2.7	840	21.7	18.1	1.1	868	29.7	24.0	2.0	816	34.3	16.0	1.9	866	22.4	18.7	1.6	791	33.3	14.8	3.0	726	23.7	36.4	3.2	786	28.2	18.5	2.6	男子	751	33.1	14.7	2.7	女子	645	29.3	12.9	2.7	女子	645	29.3	12.9	2.7	女子	734	17.9	16.3	1.1	女子	762	25.9	22.2	2.0	女子	710	30.5	14.2	1.9	女子	685	29.5	13.0	3.0	女子	680	24.4	16.7	2.6	女子	620	19.9	34.6	3.2	女子	685	29.5	13.0
昼食	A ピリ辛豚胡麻クッパ				A たぬきそば				A チキンライス				A クリームシチュー				A きつねうどん				A チキンソースカツ丼				A 醤油ラーメン				A ビビンバ丼																																																					
	カボチャ挽肉フライ 野菜サラダ				恵方巻き(ハーフ) さつま芋天 みかん				ピーマン肉詰めフライ 野菜サラダ コンソメジュリアン				フランクフルト 野菜サラダ ご飯・パン				かぼちゃ天 なめたけおろし ご飯				ブロッコリーのごま醤油 バナナ ごぼう・人参の味噌汁				シュウマイ 小松菜のお浸し ご飯				串カツ 春雨スープ																																																					
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g																																						
	A男子	840	23.0	37.7	7.9	631	16.6	9.9	5.7	817	24.3	21.5	5.4	1043	32.1	33.7	4.5	844	20.2	9.6	5.6	914	21.6	16.0	5.5	817	28.3	13.6	8.2	925	26.2	28.6	5.2	A男子	840	23.0	37.7	7.9	A女子	734	19.2	35.9	7.9	A女子	525	12.8	8.1	5.7	A女子	711	20.5	19.7	5.4	A女子	937	28.3	31.9	4.5	A女子	738	16.4	7.8	5.6	A女子	808	17.8	14.2	5.5	A女子	711	24.5	11.8	8.2	A女子	819	22.4	26.8	5.2				
B男子																																																																																		
B女子																																																																																		
夕食	A きんぴら焼肉				A ポークカレー				A 豚肉の葱塩焼き				A ハンバーグ オニオンピネガーソース				A カツ皿				2.3月合同お誕生日会 キムチと鶏の炊込みご飯				A 若鶏のジンジャーソース				A 豚肉のスタミナ炒め																																																					
	B カキフライ				B アメリカンドック				B 白身魚のグリル 野菜たっぷりトマトソース				B 揚げ出し豆腐の秋色あん				B 鯖の味噌煮				焼きそば				B カレイの唐揚げ				B さんまのフライ																																																					
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g																																						
	A男子	809	24.9	19.5	2.5	1091	29.1	37.7	4.1	792	21.8	21.0	3.3	900	24.5	25.0	3.9	884	26.4	21.3	4.7	1371	42.8	47.6	3.6	918	30.6	28.6	3.3	793	24.1	10.7	3.5	A男子	809	24.9	19.5	2.5	A女子	703	21.1	17.7	2.5	A女子	985	25.3	35.9	4.1	A女子	686	18.0	19.2	3.3	A女子	794	20.7	23.2	3.9	A女子	778	22.6	19.5	4.7	A女子	1265	39.0	45.8	3.6	A女子	812	26.8	26.8	3.3	A女子	687	20.3	8.9	3.5				
B男子	825	20.5	21.1	2.5					691	27.4	9.5	2.8	877	24.5	17.4	4.1	921	30.1	29.2	4.2					717	29.7	8.6	3.2	883	23.0	18.4	2.8	B男子	825	20.5	21.1	2.5	B女子	719	16.7	19.3	2.5	B女子					B女子	585	23.6	7.7	2.8	B女子	771	20.7	15.6	4.1	B女子	815	26.3	27.4	4.2	B女子					B女子	611	25.9	6.8	3.2	B女子	777	19.2	16.6	2.8					

節分

いつもご利用いただきまして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。 ユーレストジャパン株式会社



# 平成30年 2月献立



日曜日	2月9日 金				2月10日 土				2月11日 日				2月12日 月				2月13日 火				2月14日 水				2月15日 木				2月16日 金			
朝食	ご飯 パン ジャム・マーガリン スクランブルエッグ 若鶏のカチャトラ 野菜サラダ 飲み物				ご飯・パン 麩・葱の味噌汁 ジャム・マーガリン 鶏すき煮豆腐 ごぼうサラダ ふりかけ 牛乳				ご飯・パン 高野豆腐・小松菜の味噌汁 ジャム・マーガリン いわしの梅煮 五目豆 納豆 牛乳				ご飯 ベーコン・キャベツのスープ ジャム・マーガリン ウインナーケチャップ炒め マカロニサラダ 野菜サラダ 牛乳				ご飯・パン 玉葱・若布の味噌汁 ジャム・マーガリン 高野豆腐の玉子とじ 小松菜のわさび醤油 納豆 牛乳				ご飯 パン ジャム・マーガリン 肉団子のチリソース さつま芋サラダ 野菜サラダ 飲み物				ご飯・パン 人参・玉葱の味噌汁 ジャム・マーガリン 鯖の塩焼き ひじき煮 納豆 牛乳				ご飯 パン ジャム・マーガリン ベーコン玉葱ソテー オムレツ 野菜サラダ 飲み物			
	栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g
男子	921	29.2	25.6	1.5	932	32.3	25.6	3.5	897	34.4	21.6	2.9	1029	30.7	36.6	4.7	733	25.5	15.0	3.0	698	19.3	33.4	2.5	831	28.1	25.0	2.2	898	27.0	20.6	2.1
女子	815	25.4	23.8	1.5	826	28.5	23.8	3.5	791	30.6	19.8	2.9	923	26.9	34.8	4.7	627	21.7	13.2	3.0	592	15.5	31.6	2.5	725	24.3	23.2	2.2	792	23.2	18.8	2.1
昼食	A 肉ごぼう丼				A えびピラフ				A 親子丼				A 若布うどん				A 中華丼				A ロコモコ丼				A とんこつ醤油ラーメン				A ミートスバゲティ			
	B 若布そば				B 伊野菜カツ 野菜サラダ キャベツ・人参のスープ				B 野菜サラダ オレンジゼリー 白菜・厚揚げの味噌汁				B さつま芋天 ほうれん草のお浸し ご飯				B 春巻 オレンジ ふのり・葱の味噌汁				B 野菜サラダ チョコプリン コンソメジュリアン				B 揚げ餃子 野菜サラダ ご飯				B ささみしそ巻きフライ 野菜サラダ ご飯・パン きのこスープ			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
A男子	862	25.0	14.7	4.7	752	22.1	19.5	4.5	874	32.8	23.7	4.0	781	19.3	7.3	4.9	817	22.2	26.5	5.3	870	26.2	27.8	3.0	882	25.4	24.2	6.5	1116	35.5	25.0	3.4
A女子	756	21.2	12.9	4.7	646	18.3	17.7	4.5	768	29.0	21.9	4.0	675	15.5	5.5	4.9	711	18.4	24.7	5.3	764	22.4	26.0	3.0	776	21.6	22.4	6.5	1029	28.3	45.8	4.0
B男子													746	19.7	7.2	5.5																
B女子													640	15.9	5.4	5.5																
夕食	A キーマカレー ソーセージカツ 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				A ビックメンチ				A 餃子				A セサミチキンソテー				A 豚肉の生姜焼き				A とんかつ				A ミックスフライ				A チキンカレー 唐揚げ串 野菜サラダ 福神漬け 牛乳			
	B 塩麹漬け鶏肉の野菜炒め ちゃんこ鍋風 ほうれん草なめたけ和え ご飯 玉葱・とろろ昆布の味噌汁				B 塩麹漬け鶏肉の野菜炒め ちゃんこ鍋風 ほうれん草なめたけ和え ご飯 玉葱・とろろ昆布の味噌汁				B 四川麻婆豆腐 鶏団子と里芋の煮物 野菜サラダ ご飯 葱・若布の味噌汁				B アジフライとイカリング 筍の中華炒め 長芋とオクラのサラダ ご飯 豆腐・葱の味噌汁				B 白身魚の磯辺揚げ もやしとほうれん草のカレーチャブチエ 野菜サラダ ご飯 大根・油揚げの味噌汁				B 麻婆茄子 五目炒り豆腐 野菜サラダ ご飯 にら・玉子の味噌汁				B 焼き豆腐の四川あんかけ ツナじゃが 大根サラダ ご飯 葱・もずくの味噌汁							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
A男子	1112	32.3	50.6	3.7	1091	28.8	41.7	3.4	890	25.4	16.5	4.4	988	32.4	38.1	2.8	860	24.3	23.6	3.3	891	28.0	24.9	2.6	865	18.2	20.4	3.0	1122	39	47.2	3.6
A女子	1006	28.5	48.8	3.7	985	25.0	39.9	3.4	784	21.6	14.7	4.4	882	28.6	36.3	2.8	754	20.5	21.8	3.3	785	24.2	23.1	2.6	759	14.4	18.6	3.0	1016	35.2	45.4	3.6
B男子					772	33.5	12.2	4.5	935	33.0	25.6	5.1	898	28.9	20.0	2.9	860	28.7	23.0	2.1	896	25.7	28.4	4.9	836	27.0	20.3	3.4				
B女子					666	29.7	10.4	4.5	829	29.2	23.8	5.1	792	25.1	18.2	2.9	754	24.9	21.2	2.1	790	21.9	26.6	4.9	730	23.2	18.5	3.4				



いつもご利用いただきまして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。 ユーレストジャパン株式会社



# 平成30年 2月献立



日曜日	2月17日 土				2月18日 日				2月19日 月				2月20日 火				2月21日 水				2月22日 木				2月23日 金				2月24日 土			
朝食	ご飯・パン ごぼう・人参の味噌汁 ジャム・マーガリン 肉団子の照焼ソース ほうれん草のわさびマヨ 納豆 牛乳				ツナの炊き込みご飯・パン 若布・揚げの味噌汁 ジャム・マーガリン さばのカレーカツ 白菜のお浸し 味のり・紅生姜 牛乳				ご飯 パン ジャム・マーガリン チキンナゲット スクランブルエッグ 野菜サラダ 飲み物				ご飯・パン 高野豆腐・葱の味噌汁 ジャム・マーガリン 秋刀魚の塩焼き ブロッコリーの辛子醤油 納豆 牛乳				ご飯 パン ジャム・マーガリン ジャーマンポテト スパゲティサラダ 野菜サラダ 飲み物				ご飯・パン とろろ昆布・葱の味噌汁 ジャム・マーガリン 鯖の塩焼き いんげんの胡麻和え 納豆 牛乳				ご飯 パン ジャム・マーガリン 若鶏のカチャトラ さつま芋サラダ 野菜サラダ 飲み物				ご飯・パン 麩・葱の味噌汁 ジャム・マーガリン 白身魚フライ 金平ごぼう ふりかけ 牛乳			
	栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g
男子	950	27.4	29.6	3.4	848	27.6	19.2	2.9	953	26.7	28.9	1.6	834	34.7	23.2	2.1	850	18.3	44.8	2.0	833	28.9	24.7	2.7	851	23.3	17.4	1.8	862	24.8	18.9	3.2
女子	844	23.6	27.8	3.4	742	23.8	17.4	2.9	847	22.9	27.1	1.6	728	30.9	21.4	2.1	744	14.5	43.0	2.0	727	25.1	22.9	2.7	745	19.5	15.6	1.8	756	21.0	17.1	3.2
昼食	A 豚丼				A ポークハヤシ				A かき玉うどん				A デミカツ丼				A 味噌ラーメン				A 豚すき丼				A ツナの和風スパ				A 炒飯			
	B いわし梅肉フライ 野菜サラダ 葱・豆腐の味噌汁				B フランクフルト 野菜サラダ 牛乳				B 竹輪の磯辺揚げ おくらおろし ゆかりご飯				B ほうれん草のお浸し グレープフルーツ 白菜・厚揚げの味噌汁				B 揚げ焼売のガーリック風味 野菜サラダ ご飯				B 白菜のお浸し 大根・油揚げの味噌汁				B コロック 野菜サラダ ご飯・パン じゃが芋・人参のスープ				B 春巻 野菜サラダ 中華スープ			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
A男子	883	33.8	28.0	4.3	1135	32.1	47.6	4.0	821	22.2	7.0	7.2	767	20.0	19.2	5.0	877	25.3	19.6	6.7	860	27.3	21.4	5.3	1122	30.6	26.6	3.3	853	17.4	34.0	3.9
A女子	777	30.0	26.2	4.3	1010	31.7	23.2	3.4	715	18.4	5.2	7.2	661	16.2	17.4	5.0	771	21.5	17.8	6.7	754	23.5	19.6	5.3	1016	26.8	24.8	3.3	747	13.6	32.2	3.9
B男子									775	24.1	7.0	7.1																				
B女子									669	20.3	5.2	7.1																				
夕食	A 豚肉の粗挽きペッパー焼き				A ヒレカツ				A 鶏肉の照焼ソース				A 豚肉の甘辛焼き				A 鶏肉の唐揚げ				A グリルー平メンチカツ				A キーマカレー 目玉焼きフライ 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				A 豚焼肉ともやしのねぎソース			
	B 白身魚のコーンマヨ焼き				B 鮭の塩麹焼き				B 餃子の豆板醤ソースがけ				B 揚げ豆腐の肉味噌あんかけ				B かれいの煮付				B 鶏すき煮豆腐				B 鶏ささぎ煮豆腐				B マグロのフライ			
筑前煮 小松菜の辛子醤油 ご飯 玉葱・じゃが芋の味噌汁				おでん 野菜サラダ ご飯 麩・玉葱の味噌汁				ピリ辛ごぼう 野菜サラダ ご飯 なめこ・水菜の味噌汁				根菜の田舎風煮 野菜サラダ ご飯 人参・キャベツの味噌汁				そばろ肉じゃが 大根サラダ ご飯 豆腐・葱の味噌汁				切干大根 野菜サラダ ご飯 玉葱・もずくの味噌汁				大根と厚揚げの煮物 野菜サラダ ご飯 ふのり・小松菜の味噌汁								
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
A男子	865	29.6	22.4	2.1	900	31.1	20.5	3.4	1066	34.9	37.9	3.8	777	32.4	14.2	3.6	1007	37.1	31.7	2.8	1072	30.1	34.2	4.5	952	29.2	37.3	2.5	864	31.8	20.0	5.2
A女子	759	25.8	20.6	2.1	794	27.3	18.7	3.4	960	31.1	36.1	3.8	671	28.6	12.4	3.6	901	33.3	29.9	2.8	966	26.3	32.4	4.5	846	25.4	35.5	2.5	758	28.0	18.2	5.2
B男子	925	24.9	25.5	2.6	725	36.4	7.6	3.6	1095	26.3	40.9	5.0	914	28.3	23.8	5.3	742	32.9	7.2	3.8	966	38.5	23.0	4.8					791	31.8	11.0	4.0
B女子	819	21.1	23.7	2.6	619	32.6	5.8	3.6	989	22.5	39.1	5.0	808	24.5	22.0	5.3	636	29.1	5.4	3.8	860	34.7	21.2	4.8					685	28.0	9.2	4.0

イベント

いつもご利用いただきまして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。 ユーレストジャパン株式会社



# 平成30年 2月献立



日	2月25日				2月26日				2月27日				2月28日				
曜日	日				月				火				水				
朝食	ご飯・パン 油揚げ・若布の味噌汁 ジャム・マーガリン				ご飯・パン ミネストローネ ジャム・マーガリン				ご飯・パン 清まし汁 ジャム・マーガリン				ご飯 パン ジャム・マーガリン				
	いわしかつお煮 ひじき煮 納豆 牛乳				ウインナーと野菜のソテー カニカマ玉子ロール 野菜サラダ 牛乳				ホッケの塩焼き ほうれん草の胡麻和え 塩辛 牛乳				ミートボール ポテトサラダ 野菜サラダ 飲み物				
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	
	男子	767	24.8	18.6	2.3	881	26.1	25.2	3.3	737	31.6	14.0	3.0	725	21.1	35.0	2.8
女子	661	21.0	16.8	2.3	775	22.3	23.4	3.3	631	27.8	12.2	3.0	619	17.3	33.2	2.8	
昼食	A 豚肉の生姜焼き丼				A たぬきうどん				A そばろ丼				A 醤油ラーメン				
	B ピリ辛こんにゃく 野菜サラダ 高野豆腐・葱の味噌汁				B 竹輪天ぷら オクラおろし 鮭・若布ご飯				B イカカツ フルーチェ ミックスオレンジ 若布・葱の味噌汁				B メンチカツ 野菜サラダ ご飯				
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	
	A男子	797	20.8	29.7	3.0	849	21.6	12.7	5.1	723	16.2	17.3	2.3	924	27.0	27.2	7.3
	A女子	691	17.0	27.9	3.0	743	17.8	10.9	5.1	617	12.4	15.5	2.3	818	23.2	25.4	7.3
	B男子																
	B女子																
夕食	A ハンバーグ照焼ソース				A ミックスフライ				A グリルチキン デミグラスソース				A 豚南蛮焼き				
	B 鯖の生姜煮				B カレーの塩焼き				B いかの天ぷらピリ辛葱ソース				B タラのグリルジンジャーソース				
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g	
	A男子	957	29.6	33.0	5.6	871	17.9	19.9	2.9	884	35.7	24.9	3.0	972	22.1	33.1	3.4
	A女子	851	25.8	31.2	5.6	765	14.1	18.1	2.9	778	31.9	23.1	3.0	866	18.3	31.3	3.4
	B男子	957	33.0	34.6	4.3	648	26.2	3.6	2.1	1057	33.3	34.2	4.6	755	31.4	6.3	3.5
	B女子	851	29.2	32.8	4.3	542	22.4	1.8	2.1	951	29.5	32.4	4.6	649	27.6	4.5	3.5

## 2月2日は 節分メニューです。



いつもご利用いただきまして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。 ユーレストジャパン株式会社