

Weekly Menu



日	5月1日				5月2日				5月3日				5月4日				5月5日				5月6日				5月7日				5月8日											
曜日	月				火				水				木				金				土				日				月											
朝食	パン ハム・水菜のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 キャベツ・油揚げの味噌汁				パン 小松菜・コーンのスープ ジャム・マーガリン				ご飯 大根・大根葉の味噌汁				パン ハム・もやしのスープ ジャム・マーガリン				ご飯 お茶漬け又は清まし汁				ご飯 玉葱・人参の味噌汁				パン ポテト・水菜のスープ ジャム・マーガリン											
	ハンバーグ スパゲティサラダ 野菜サラダ 牛乳				鶏すき煮 うの花 納豆 牛乳				チキンナゲット 茄子のチリソース 野菜サラダ 牛乳				肉団子の甘酢あん 五目うま煮 納豆 牛乳				イカリング ポテトサラダ 野菜サラダ 牛乳				マスの塩焼き おかか昆布 納豆 牛乳				豚肉のしぐれ煮 チンゲン菜と油揚げのおかか和え 納豆 牛乳				ウインナー コーン枝豆ソテー マカロニサラダ 牛乳											
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量				
	ご飯中	714	29.1	31.4	4.3	1017	37.9	28.7	4.3	840	22.7	45.3	3.7	847	28.4	16.8	3.2	640	24.2	25.9	3.7	811	36.1	13.7	3.1	838	29.6	17.1	3.6	843	29.7	41.9	4.4							
	ご飯小	496	25.8	31.0	4.3	799	34.7	28.3	4.3	622	19.5	44.9	3.7	629	25.1	16.4	3.2	422	21.0	25.5	3.7	593	32.8	13.3	3.1	620	26.3	16.7	3.6	625	26.5	41.5	4.4							
昼食	A たぬきうどん				A 鶏肉の甘辛丼				A 味噌ラーメン				A デミカツ丼				A 煮穴子ちらし				A 豚丼				A 中華丼				A かき玉うどん											
	クロック なめたけおろし 混ぜご飯				キャベツとかまぼこの辛し和え バナナムース 麩・玉ねぎの味噌汁				春巻 りんごゼリー ご飯				ほうれん草の胡麻和え フルーチェ 若布・玉葱の味噌汁				コーンたっぷりフライ ブロッコリーの辛子和え ふのり・葱の味噌汁				温泉玉子 キャベツと蒸し鶏のわさび醤油 しいたけ・玉葱の味噌汁				餃子 大根とツナのマヨ和え 玉葱・若布の味噌汁				いか天 菜の花のおろし和え 混ぜご飯											
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	ご飯中	875	20.1	11.7	5.9	1052	38.7	40.6	3.4	950	23.6	24.7	6.8	804	20.3	20.4	4.7	859	26.3	20.4	4.6	829	34.5	23.7	3.9	826	25.5	23.9	5.6	867	25.0	14.5	6.3							
	ご飯小	657	16.9	11.3	5.9	834	35.5	40.2	3.4	732	20.4	24.3	6.8	586	17.0	20.0	4.7	641	23.0	20.0	4.6	611	31.3	23.3	3.9	608	22.2	23.5	5.6	649	21.8	14.1	6.3							
夕食	A 豚肉の生姜焼き				A 鶏肉のピーナッツ焼き				A 豚キムチ				A 肉豆腐				チキンカレー 目玉焼きフライ 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				A 豚肉の塩麩漬け焼き				A ケイジャンチキン				A 豚肉の甘辛焼き											
	B さば南蛮				B アジフライ				B タラの麻婆ソース				B ミックスフライ				カキフライ				B カキフライ				B 揚げ豆腐の青椒肉絲かけ															
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	Aご飯中	869	23.4	28.1	3.4	946	39.1	29.4	4.4	714	22.9	10.5	3.0	891	35.8	21.5	4.2	996	32.8	38.6	3.4	867	32.7	23.8	1.9	882	41.9	22.2	4.6	747	30.8	13.8	2.9							
	Aご飯小	651	20.1	27.7	3.4	728	35.9	29.0	4.4	496	19.6	10.1	3.0	673	32.5	21.1	4.2	778	29.5	38.2	3.4	649	29.4	23.4	1.9	664	38.7	21.8	4.6	529	27.6	13.4	2.9							
Bご飯中	1214	32.9	56.8	4.1	925	29.8	21.2	4.7	745	23.4	14.5	4.4	926	19.5	22.1	4.2					822	17.6	20.3	2.6	871	31.7	16.1	5.0	988	29.6	29.1	4.2								
Bご飯小	996	29.7	56.4	4.1	707	26.5	20.8	4.7	527	20.1	14.1	4.4	708	16.2	21.7	4.2					604	14.4	19.9	2.6	653	28.5	15.7	5.0	770	26.4	28.7	4.2								

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。



Weekly Menu



日	5月9日				5月10日				5月11日				5月12日				5月13日				5月14日				5月15日				5月16日																																				
曜日	火				水				木				金				土				日				月				火																																				
朝食	ご飯 白菜・人参の味噌汁				パン キャベツ・人参のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 清まし汁				パン コーン・玉葱のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 ほうれん草・人参の味噌汁				ご飯 心のり・キャベツの味噌汁				パン ジュリアン野菜スープ ジャム・マーガリン				ご飯 三つ葉・豆腐の味噌汁																																				
	鶏肉と厚揚げの塩炒め 筍の土佐煮 納豆 牛乳				ミートボール ほうれん草オムレツ 野菜サラダ 牛乳				さばの塩焼き ふきと湯葉の含め煮 納豆 牛乳				チリコンカーン はんぺんフライ 野菜サラダ 牛乳				茄子と豚肉の味噌炒め 玉子焼き 納豆 牛乳				照焼つくね さつま揚げと根菜の合わせ煮 納豆 牛乳				スクランブルエッグ フランクフルト 野菜サラダ 牛乳				肉じゃが ふきと筍の塩金平 納豆 牛乳																																				
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g																													
	ご飯中	899	35.0	23.5	2.3	674	26.3	26.4	4.5	824	31.5	19.2	2.9	727	22.0	32.3	4.1	1038	30.1	37.9	3.0	1089	38.5	40.0	3.6	775	31.5	40.5	4.6	965	35.4	25.9	2.8	ご飯小	681	31.8	23.1	2.3	456	23.0	26.0	4.5	606	28.2	18.8	2.9	509	18.7	31.9	4.1	820	26.8	37.6	3.0	871	35.3	39.6	3.6	557	28.3	40.1	4.6	747	32.1	25.5
昼食	A のり弁風丼				A とんこつ醤油ラーメン				A ビビンバ丼				A 和風きのこパスタ				A クリームシチュー				A 開花丼				A きつねうどん				A ガバオ風丼																																				
	カリフラワーとハムのマヨ和え ごまプリン はんぺん・水菜の味噌汁				 シュウマイ みかんゼリー ご飯				温泉玉子 フルーツカクテル 人参・玉葱のスープ				ベーコンポテトフライ 野菜サラダ ご飯・パン 厚揚げ・大根菜の味噌汁				たまごサラダフライ 野菜サラダ ご飯・パン				ピーマン肉詰めフライ キャベツと蒸し鶏の辛子醤油 心のり・葱の味噌汁				エビ天 とろろ 混ぜご飯				もやしときゅうりの梅和え ヨーグルト コーン・ハムのスープ																																				
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g																									
	ご飯中	897	24.4	25.2	5.9	874	27.9	20.0	6.8	798	22.4	17.5	4.8	945	26.0	22.9	3.0	993	28.2	27.8	4.1	1043	48.9	36.0	5.3	856	21.4	14.7	4.9	874	34.5	25.4	5.6	ご飯小	679	21.2	24.8	5.9	656	24.6	19.6	6.8	580	19.2	17.1	4.8	727	22.8	22.5	3.0	775	25.0	27.4	4.1	825	45.7	35.6	5.3	638	18.1	14.3	4.9	656	31.2	25.0
夕食	A ハンバーグペッパーソース				A ポークソテーのBBQソース				A グリルチキンジンジャーソース				ポークカレー 竜田揚げ 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				A ヒレカツ				A 牛南蛮				A 鶏肉の照焼ソース				A 豚肉の味噌漬け																																				
	B 揚げ餃子のパンパンソース 切干大根煮 白菜と青菜のポン酢かけ ご飯 玉葱・油揚げの味噌汁				B マグロカツ かぼちゃの含め煮 大根サラダ ご飯 チンゲン菜・えのきの味噌汁				B 豆腐ハンバーグ ひじき煮 白菜のお浸し ご飯 もずく・葱の味噌汁				B 塩麹漬け鶏肉の野菜炒め がんもの煮物 れんこんの明太子和え ご飯 若布・葱の味噌汁				B 白身魚のタルタル焼き 竹輪と豆苗のナムル ご飯 ちゃんこ鍋風汁				B イカの天ぷらピリ辛ソース 大根のキムチ煮 ごぼうのツナ和え ご飯 にら・玉子の味噌汁				B シーフードフライ あんかけ豆腐 いんげんの胡麻和え ご飯 ほうれん草・人参の味噌汁																																								
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g																									
	Aご飯中	888	22.2	30.8	3.9	939	28.5	22.8	3.1	790	29.2	18.2	3.7	1285	43.0	58.6	3.9	889	26.5	23.0	2.4	923	33.8	26.8	3.6	969	34.3	27.4	3.2	882	32.1	24.8	3.2	Aご飯小	670	18.9	30.4	3.9	721	25.2	22.4	3.1	572	26.0	17.8	3.7	1067	39.7	58.2	3.9	671	23.3	22.6	2.4	705	30.6	26.4	3.6	751	31.1	27.0	3.2	664	28.9	24.4
Bご飯中	912	20.6	23.0	4.1	757	28.1	7.8	2.8	841	24.1	24.2	4.6					739	26.6	12.4	4.3	892	38.3	25.9	2.4	1131	30.9	39.4	5.1	890	27.6	22.6	3.4	Bご飯小	694	17.3	22.6	4.1	539	24.8	7.4	2.8	623	20.9	23.8	4.6					521	23.4	12.1	4.3	674	35.1	25.5	2.4	913	27.6	39.0	5.1	672	24.3	22.2	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。



Weekly Menu



日	5月17日				5月18日				5月19日				5月20日				5月21日				5月22日				5月23日				5月24日							
曜日	水				木				金				土				日				月				火				水							
朝食	パン ポテト・レタスのスープ ジャム・マーガリン				ご飯 玉葱・豆苗の味噌汁				パン はんぺん・葱のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 お茶漬け又は清まし汁				ご飯 麩・人参の味噌汁				パン トマトスープ ジャム・マーガリン				ご飯 しめじ・三つ葉の味噌汁				パン ほうれん草・コーンのカレースープ ジャム・マーガリン							
	チキンナゲット ポテトサラダ 野菜サラダ 牛乳				白身魚フライ 豆腐ハンバーグ 納豆 牛乳				ベーコンとほうれん草のソテー ミートオムレツ さつま芋サラダ 牛乳				ホッケ焼き 辛子昆布 納豆 牛乳				さばフライ ほうれん草玉子炒め 納豆 牛乳				マカロニクリーム煮 ロールキャベツ煮 パンプキンサラダ 牛乳				肉野菜オイスター炒め 五目巾着 納豆 牛乳				ウインナー オニオンリング 野菜サラダ 牛乳							
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
	ご飯中	703	21.9	30.2	3.8	883	30.0	20.8	3.2	629	24.4	24.2	4.9	771	29.8	13.7	4.5	918	32.7	25.7	2.4	1175	41.3	40.1	7.0	865	27.2	20.0	3.2	851	26.6	45.2	5.2			
ご飯小	485	18.7	29.8	3.8	665	26.7	20.4	3.2	411	21.2	23.8	4.9	553	26.5	13.3	4.5	700	29.5	25.3	2.4	957	38.1	39.7	7.0	647	23.9	19.7	3.2	633	23.3	44.8	5.2				
昼食	A 東京 煮干しラーメン				A 新潟 たれカツ丼				A 焼うどん				A 牛丼				A 鶏肉きんぴら丼				A ばら海苔そば				A そばろ丼				A 塩ラーメン							
	たこやき パイン ご飯				小松菜の辛子和え ぶどうゼリー なめこ・葱の味噌汁				メンチカツ 野菜サラダ ご飯 若布・玉葱のスープ				温泉玉子 菜の花のピーナッツ和え 水菜・玉葱の味噌汁				ひじきときゅうりの胡麻マヨ和え みかん缶 キャベツ・えのきの味噌汁				れんこん天 なめたけおろし 混ぜご飯				イカカツ キャベツの塩昆布和え 水菜・玉葱の味噌汁				豚肉野菜巻きフライ ヤクルト ご飯							
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
	ご飯中	864	24.5	18.0	8.1	947	29.0	35.4	5.1	898	23.0	23.7	3.9	826	34.1	21.1	3.8	859	22.6	19.0	3.5	857	21.6	15.8	5.5	703	16.6	16.2	2.5	772	22.2	14.8	6.7			
ご飯小	646	21.3	17.6	8.1	729	25.8	35.1	5.1	680	19.7	23.3	3.9	608	30.8	20.7	3.8	641	19.4	18.6	3.5	639	18.3	15.4	5.5	485	13.4	15.8	2.5	554	19.0	14.4	6.7				
夕食	A 豚肉の粗挽きペッパー焼き				A 鶏肉の塩麹漬け				チキンカレー				A 餃子				A 豚天 おろしポン酢				A 味噌カツ				A 豚南蛮				A グリルチキン和風ソース							
	B カレーのみぞれ煮				B さばの竜田揚げ				ハムカツ 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				B 四川風麻婆豆腐				B サーモンとポテトのチーズ焼き				B 白身魚の香草焼き				B ミックスフライ				B 白身魚の甘酢あん							
栄養価	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
	Aご飯中	828	26.5	24.0	2.4	871	31.7	21.1	2.1	1106	35.4	42.3	4.2	783	19.2	15.7	3.4	1045	33.7	37.7	2.9	880	23.6	23.8	3.6	957	21.1	39.0	3.2	751	27.2	18.5	1.8			
Aご飯小	610	23.3	23.6	2.4	653	28.5	20.7	2.1	888	32.2	41.9	4.2	565	16.0	15.3	3.4	827	30.5	37.3	2.9	662	20.3	23.4	3.6	739	17.9	38.6	3.2	533	23.9	18.1	1.8				
Bご飯中	667	30.4	5.6	4.2	925	38.2	30.3	4.2					852	26.9	27.3	3.7	830	35.1	16.1	3.3	865	32.4	14.2	4.7	878	19.8	20.1	4.2	806	28.7	10.2	3.6				
Bご飯小	449	27.2	5.2	4.2	707	35.0	29.9	4.2					634	23.6	26.9	3.7	612	31.9	15.7	3.3	647	29.2	13.9	4.7	660	16.6	19.8	4.2	588	25.4	9.8	3.6				

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。



Weekly Menu



日	5月25日				5月26日				5月27日				5月28日				5月29日				5月30日				5月31日							
曜日	木				金				土				日				月				火				水							
朝食	ご飯 清まし汁				パン 小松菜・玉葱のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 キャベツ・揚げ玉の味噌汁				ご飯 三つ葉・豆腐の味噌汁				パン ハム・水菜のスープ ジャム・マーガリン				ご飯 白菜・油揚げの味噌汁				パン 小松菜・コーンのスープ ジャム・マーガリン							
	さばの味噌煮 玉子焼き 納豆 牛乳				ジャーマンポテト オムレツ 野菜サラダ 牛乳				にしんの甘露煮 白菜の松前和え 納豆 牛乳				サーモンフライ 鶏そぼろ 納豆 牛乳				ハンバーグ スパゲティサラダ 野菜サラダ 牛乳				鶏すき煮 うの花 納豆 牛乳				チキンナゲット 茄子のポロネーゼ風 野菜サラダ 牛乳							
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	ご飯中	1087	41.0	39.5	3.5	698	23.3	27.8	5.2	812	79.4	17.2	2.3	956	32.5	23.5	2.4	714	29.1	31.4	4.3	1018	38.0	28.7	4.3	831	23.5	45.1	3.9			
ご飯小	869	37.7	39.1	3.5	480	20.1	27.4	5.2	594	76.1	16.8	2.3	738	29.3	23.1	2.4	496	25.8	31.0	4.3	800	34.7	28.3	4.3	613	20.3	44.7	3.9				
昼食	A ロコモコ丼				A 豚焼肉丼				A 肉ごぼう丼				A にらそば丼				A カレーうどん				A シシリアンライス				A とんこつラーメン							
	きゅうりと若布のピリ辛和え プリン もやし・人参のスープ				カレーチーズフライ 杏仁フルーツ しめじ・水菜の味噌汁				かぼちゃ挽肉フライ 竹輪とキャベツの白ごま和え 若布・なめこの味噌汁				温泉玉子 大根とツナのマヨ和え 葱・えのきの味噌汁				ちくわ天 黄桃 ご飯				小松菜の辛子和え チョコムース 人参・キャベツの味噌汁				揚げシューマイ はちみつレモンゼリー ご飯							
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	ご飯中	859	25.0	28.4	5.8	768	22.7	14.8	3.2	971	26.0	23.5	5.4	1008	36.5	38.0	4.2	967	26.8	15.6	4.9	999	20.7	44.5	5.2	922	27.1	23.9	4.1			
ご飯小	641	21.8	28.0	5.8	550	19.5	14.4	3.2	753	22.7	23.1	5.4	790	33.2	37.6	4.2	749	23.5	15.2	4.9	781	17.4	44.2	5.2	704	23.9	23.5	4.1				
夕食	誕生日会 ★ カツミート ベーコンピラフ コーンスープ 野菜サラダ Fポテト プチシュー				A ポークハヤシ 唐揚げ串 野菜サラダ 福神漬け 牛乳				A 鶏肉の味噌漬け				A 鶏肉のチリソース				A とんかつ				A 豚肉のわさび醤油ダレ				A 豚肉の味噌炒め							
					B カレーの煮付け				B カレイの煮付け				B ぶりの照り焼き				B 麻婆茄子				B 白身魚の磯辺揚げ				B サーモン塩麹焼き							
					厚揚げの煮物 茄子のみぞれ和え ご飯 白菜・心のりの味噌汁				ほうれん草とかまぼこのわさび醤油 ご飯 キムチ鍋風汁				がんもと野菜の煮物 めかぶオクラ ご飯 麩・玉葱の味噌汁				かぼちゃのそぼろあん 野菜サラダ ご飯 大根・大根葉の味噌汁				ツナじゃが いんげんのごまマヨ和え ご飯 チンゲン菜・竹輪の味噌汁											
栄養価	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量	熱量	たんぱく質	脂質	食塩相当量
	Aご飯中	1736	42.6	68.4	7.0	1462	63.6	93.0	5.6	873	30.2	25.0	3.6	842	33.7	23.0	3.0	785	20.4	17.0	2.9	785	27.9	22.0	1.5	957	25.3	36.0	3.7			
	Aご飯小	1518	39.3	68.0	7.0	1244	60.3	92.6	5.6	655	27.0	24.6	3.6	624	30.4	22.7	3.0	567	17.1	16.7	2.9	567	24.6	21.6	1.5	739	22.0	35.6	3.7			
	Bご飯中									709	34.5	8.4	4.0	899	39.7	23.9	5.0	836	19.8	22.8	5.2	874	31.5	21.7	1.9	846	40.6	11.8	3.0			
Bご飯小									491	31.2	8.0	4.0	681	36.5	23.5	5.0	618	16.5	22.4	5.2	656	28.3	21.3	1.9	628	37.3	11.4	3.0				

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。