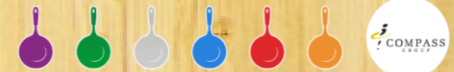


# Weekly Menu



日曜日	5月4日 (月)	5月5日 (火)	5月6日 (水)	5月7日 (木)	5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)	
朝食	菓子パン 牛乳			サラダバイキング		菓子パン 牛乳		
	菓子パン 牛乳			トマトスクランブル ほうれん草と白滝のお浸し 牛乳・小魚・納豆		チキンナゲット 海藻とオニオンのマリネサラダ 牛乳・小魚・納豆		
	菓子パン 牛乳			野菜ジュース		菓子パン 牛乳		
A食	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g	E 855 P 18.2 F 36.9 C 135.6 S 3.9 kcal g g g g	E 949 P 43.5 F 22.6 C 141.8 S 5.2 kcal g g g g	E 975 P 41.5 F 25.9 C 142.6 S 4.5 kcal g g g g	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g	E 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g	
B食	E 848 P 21.8 F 18.6 C 145.5 S 5.9 kcal g g g g	E 1,637 P 65.7 F 40.7 C 245.3 S 11.4 kcal g g g g	E 1,034 P 28.8 F 41.1 C 135.8 S 4.0 kcal g g g g	E 1,068 P 52.8 F 29.1 C 151.4 S 8.0 kcal g g g g	E 1,081 P 50.3 F 31.9 C 144.0 S 6.8 kcal g g g g	E 848 P 27.1 F 25.1 C 140.7 S 4.5 kcal g g g g	E 848 P 29.9 F 24.3 C 126.4 S 3.0 kcal g g g g	E 758 P 19.8 F 16.0 C 129.4 S 5.9 kcal g g g g
昼食	麻婆茄子 春雨の中華和え物 ご飯 キャベツとわかめの味噌汁	チキンガーリックライス 3種の豆のシーザー和え かき玉汁 かしわもち	夏野菜の四川風炒め 野菜コロッケ ご飯 わかめと玉ねぎの中華スープ	味噌バター コーンラーメン 白菜とチャーシューの炒め おにぎり(サケ、鶏五目)	和風ハンバーグの 玉長葱塩ソース 小松菜とコーンの煮浸し ご飯 コンソメスープ フライドポテト	さばのスパイシー カレーソテー 人参のナムル ご飯 じゃが芋とわかめの味噌汁	葱チャーシュー炒飯 ピーマンの中華和え キャベツと玉葱の味噌汁	
	E 848 P 21.8 F 18.6 C 145.5 S 5.9 kcal g g g g	E 1,637 P 65.7 F 40.7 C 245.3 S 11.4 kcal g g g g	E 1,034 P 28.8 F 41.1 C 135.8 S 4.0 kcal g g g g	E 752 P 26.5 F 17.8 C 117.2 S 9.7 kcal g g g g	E 912 P 27.1 F 25.1 C 140.7 S 4.5 kcal g g g g	E 848 P 29.9 F 24.3 C 126.4 S 3.0 kcal g g g g	E 758 P 19.8 F 16.0 C 129.4 S 5.9 kcal g g g g	
夕食	鶏肉のチーズピカタ 枝豆コーンソテー ゆかりご飯 大根と人参の味噌汁	豚ロースのとんてき風 さつま芋のきんぴらバター風味 ご飯 わかめと玉葱の味噌汁 フルーチェ イチゴ	チキンの きのこクリームソース ツナとブロックリーのマカロニサ ラダ わかめご飯 キャベツと玉葱のスープ	カレーライス わかめサラダ プリン	豚肉と小松菜の オイスターソース炒め 白菜のポン酢和え ご飯 チンゲン菜と玉葱の中華スープ	豚野菜巻きフライと ハムサラダフライ 切干大根の炒め煮 ご飯 白菜と油揚げの味噌汁	肉じゃが わかめのツナ炒め ご飯 わかめと玉葱の味噌汁	
	E 1,007 P 47.4 F 31.8 C 131.3 S 6.2 kcal g g g g	E 1,053 P 33.9 F 27.7 C 162.4 S 6.8 kcal g g g g	E 1,022 P 42.1 F 35.7 C 133.5 S 5.3 kcal g g g g	E 880 P 20.0 F 22.7 C 146.7 S 4.2 kcal g g g g	E 923 P 31.9 F 26.8 C 136.0 S 4.4 kcal g g g g	E 948 P 25.4 F 25.3 C 150.1 S 3.3 kcal g g g g	E 983 P 27.2 F 26.9 C 156.9 S 5.1 kcal g g g g	

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 S: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。