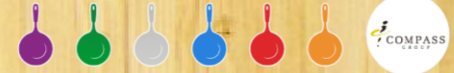


Weekly Menu



日曜日	5月25日 (月)	5月26日 (火)	5月27日 (水)	5月28日 (木)	5月29日 (金)	5月30日 (土)	5月31日 (日)
朝食				サラダバイキング	フレークとヨーグルト		
	ブレンオムレツ 青梗菜とえのきのお浸し 牛乳・小魚・納豆	メンチカツ ひじきと枝豆の煮物 牛乳・小魚・納豆	豚野菜炒め 和風マカロニサラダ 野菜ジュース・小魚・納豆	肉入りコロッケ ソーセージとキャベツのフレンチ サラダ 牛乳・小魚・納豆	そぼろ肉じゃが 大根の柚子和え 牛乳・小魚・納豆	菓子パン  牛乳	菓子パン  牛乳
	A ご飯・ふりかけ わかめと油揚げの味噌汁	A ご飯・ふりかけ 里芋と人参の味噌汁	A ご飯・ふりかけ 白菜とえのきの味噌汁	A ご飯・ふりかけ 大根とわかめの味噌汁	A ご飯・ふりかけ 玉葱と油揚げの味噌汁		
	B ロールパン・ジャム ポテトと人参のスープ	B ロールパン・ジャム コンソメスープ	B ロールパン・ジャム 小松菜と大根の中華スープ	B ロールパン・ジャム キャベツと玉葱のスープ	B ロールパン・ジャム わかめスープ		
A食	E 844 P 35.2 F 17.9 C 133.5 S 3.9 kcal g g g g	E 1,059 P 41.5 F 29.1 C 157.7 S 3.8 kcal g g g g	E 1,032 P 40.9 F 28.5 C 151.6 S 4.2 kcal g g g g	E 1,046 P 41.1 F 28.0 C 157.0 S 5.0 kcal g g g g	E 995 P 42.0 F 18.6 C 163.7 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 985 P 45.8 F 24.7 C 145.9 S 7.1 kcal g g g g	E 1,127 P 48.8 F 35.8 C 144.3 S 6.8 kcal g g g g	E 1,170 P 51.6 F 37.2 C 143.7 S 6.4 kcal g g g g	E 1,144 P 49.3 F 32.8 C 150.7 S 7.8 kcal g g g g	E 1,103 P 51.0 F 24.6 C 166.9 S 6.9 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 881 P 23.4 F 33.9 C 121.4 S 3.9 kcal g g g g
昼食	味噌とんかつ 青菜と白菜のぼん酢かけ ご飯 チンゲン菜と玉葱の中華スープ ドームケーキ	豚丼  蒸し鶏と胡瓜の梅和え 和梨ゼリー	鶏肉の一味唐辛子焼き 玉ねぎとハムのマリネ ご飯 わかめと玉葱の味噌汁 ウィンナー（2本）	味噌タンメン  餃子 おにぎり（梅）	グリルチキン ベーコンオニオンソース ブロッコリーのカレーマヨ和え ご飯 野菜スープ プチシュー	ブルコギボーク ポテトの磯辺揚げ ご飯 白菜と人参の中華スープ	ホキの カレーマヨ焼き  肉団子の旨煮 ご飯 ほうれん草と人参の味噌汁
	E 1,087 P 28.8 F 32.4 C 166.5 S 3.6 kcal g g g g	E 876 P 26.7 F 17.9 C 149.8 S 4.1 kcal g g g g	E 1,106 P 50.1 F 37.3 C 139.7 S 6.7 kcal g g g g	E 709 P 27.1 F 12.0 C 120.3 S 11.9 kcal g g g g	E 1,047 P 42.1 F 35.6 C 138.0 S 4.1 kcal g g g g	E 851 P 28.3 F 16.3 C 143.8 S 5.1 kcal g g g g	E 969 P 35.7 F 30.5 C 132.7 S 5.3 kcal g g g g
夕食	麻婆春雨 塩コーンポテト 菜飯 わかめと玉ねぎの中華スープ	BBQチキン  もやしときくらげの中華和え ご飯 ベーコンとキャベツのスープ	【勝ち飯】 豚肉のトマト生姜焼き かぼちゃのレモンバター煮 ご飯 豆腐と玉子のスープ プリン	チキンカツ 白菜とハムの炒め 五目ご飯 キャベツと大根の味噌汁	ポークビーンズ カラフルサラダ ご飯 白菜と油揚げの味噌汁	チキンとキャベツのコンソメ煮 ケチャップスパゲティー ご飯 味付けのり	豚と野菜の オイスターソース炒め かぼちゃとブロッコリーのサラダ ご飯 豆腐とわかめの味噌汁
	E 900 P 25.0 F 14.2 C 166.3 S 6.6 kcal g g g g	E 1,226 P 35.2 F 58.0 C 137.3 S 4.8 kcal g g g g	E 1,066 P 35.5 F 31.4 C 158.5 S 2.6 kcal g g g g	E 889 P 27.3 F 22.9 C 139.1 S 7.4 kcal g g g g	E 824 P 32.6 F 16.8 C 135.0 S 4.3 kcal g g g g	E 890 P 34.9 F 20.9 C 139.7 S 6.4 kcal g g g g	E 826 P 28.0 F 17.7 C 137.6 S 4.9 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。