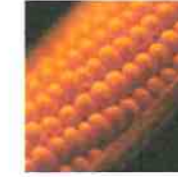




WEEKLY MENU



日	11月11日				11月12日				11月13日				11月14日				11月15日				11月16日				11月17日							
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)							
朝食	和食 だし巻き卵 焼きなす ライス、味噌汁				和食 魚の照り焼き 和風マカロニサラダ ライス、味噌汁				和食 高野豆腐の卵とじ めかぶ土佐酢 ライス、味噌汁				和食 豚挽肉とインゲンの味噌炒め 切干大根のゆず胡椒風味 ライス、味噌汁				和食 厚揚げと里芋の煮付け きのこ挽肉のソテーバター風味 ライス、味噌汁				和食 肉野菜炒め あんかけ豆腐 ライス、味噌汁				和食 ゆで卵 わかめのツナ炒め ライス、味噌汁							
	洋食 ソーセージのカツ 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ほうれん草スクランブル 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ウインナーと野菜のソテー 朝食サラダ パン、スープ				洋食 オムレツ 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ベーコン 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ハム卵ロール 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ウインナー 朝食サラダ パン、スープ							
	和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶							
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
和食	787	21.6	13.1	3.5	942	27.0	20.7	3.3	815	23.1	15.7	3.6	840	20.7	15.4	3.1	998	30.4	26.7	4.2	899	26.9	20.2	3.2	857	25.5	20.3	2.3				
洋食	988	31.8	40.4	6.1	811	27.3	30.7	3.5	730	20.1	32.4	3.5	818	24.0	30.2	4.2	833	25.3	32.4	3.9	1073	26.5	52.2	5.0	772	23.4	38.8	3.8				
昼食	【弁当】 イカ野菜カツとハンバーグ さつま芋とベーコンの炒め煮 小松菜とえのきの梅和え ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 コキールフライとポークソテー れんこんポテトサラダ ブロッコリーのゴマ和え ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 餃子メンチと焼売 卵と野菜のピーマン炒め 竹輪とキャベツの味噌マヨ和え ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏のジューシーからあげ かぼちゃのいとこ煮 青菜と白菜のぼん酢がけ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 春巻と肉団子の甘酢あん オクラと白滝のゴマ和え スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 明太クリームうどん 舞茸と蒸し鶏の和え物 ライス小 みかん缶				【丼】 中華丼 切干大根とわかめの二杯酢 汁物 青りんごゼリー							
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	887	25.3	21.5	5.3	951	25.5	29.2	3.9	1182	35.9	42.0	5.9	1046	38.4	28.3	5.4	1030	21.1	29.4	5.2	1025	25.9	32.9	5.0	768	20.7	17.4	4.9				
夕食	A 豆腐つくねと根菜の醤油あん ゆず風味				A イベントメニュー ステーキ 実演提供				A やわらか照り煮チキン				A ロールキャベツのクリーム煮込み				A ポークカレー				A 塩豚と根菜のポトフ				A 鶏もも肉のみぞれ煮							
	B 豚ロースのうま辛味噌焼き				B ステーキ 実演提供				B メンチカツ トマトソース				B 鯖の一口竜田揚げ				B ハヤシライス				B 白身魚の彩り野菜 トマト仕立て				B 豚キムチ炒め							
	A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> ニラ玉炒め カルピスゼリーフルーツ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> イカときゅうりのピリ辛和え マンゴープリン ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> エリンギ炒め 白玉ぜんざい ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> パンサンスー(中華和え物) 蒟蒻オレンジゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> カリフラワーのピクルスゆず風味 フルーツヨーグルト ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> きのこベーコンのサラダ コーヒーゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 根菜の甘酢 バナナ ライス、汁物							
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
A定食	948	28.9	20.9	5.5	1092	37.4	36.4	3.8	1058	34.1	22.6	4.3	847	20.3	16.1	3.1	1396	27.4	20.3	4.5	935	30.9	27.0	3.9	985	34.0	23.5	5.6				
B定食	1000	40.7	30.0	3.6	727	16.2	12.5	2.3	1311	26.9	43.9	4.2	979	38.0	27.5	4.4	1285	28.0	22.7	4.6	715	18.9	14.0	2.5	910	27.7	22.3	4.0				

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。