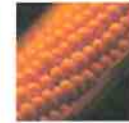




WEEKLY MENU



日	2月10日				2月11日				2月12日				2月13日				2月14日				2月15日				2月16日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	和食 目玉焼き 切干大根 ライス、味噌汁				和食 オサツコロッケ きのこ玉子のソテー ライス、味噌汁				和食 照焼き肉団子 さつま揚げとぜんまいの炒め煮 ライス、味噌汁				和食 からふとマスの塩焼き 納豆 ライス、味噌汁				和食 ゆで卵 茹で豚と千切り野菜のコチジャン和え 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 ウインナー 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 ハム卵ロール 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											
	和食・洋食共通メニュー				和食・洋食共通メニュー				和食・洋食共通メニュー				和食・洋食共通メニュー				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				牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				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)								
和食	984	28.3	23.5	3.7	862	20.2	23.2	2.2	867	21.8	18.7	3.0	835	27.6	16.2	2.0	902	28.5	23.5	2.5								
洋食	1002	31.5	40.4	6.1	860	27.5	34.5	4.8	716	20.4	29.2	3.0	974	26.1	45.1	4.9	815	24.5	35.4	3.9								
昼食	【弁当】 鶏肉の七味焼きとオムレツ アジア風ホクホクポテト ゴボウサラダ ライス、漬物、味噌汁				【丼】 エッグドライカレー 竹輪の磯辺揚げ 洋梨 ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 根菜ハンバーグとかぼちゃ焼肉フライ わかめとじゃこ和え物 スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鯖の香味揚げとコキールフライ だし巻き卵 マカロニサラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 皿うどん シュウマイ 果物 ライス、漬物、味噌汁											
	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)							
	919	30.3	23.6	5.4	975	28.3	32.8	4.4	980	24.5	30.8	5.0	1012	30.8	30.4	5.8	794	28.4	45.7	5.9								
夕食	A 酢鶏				A 秋刀魚のフライ				A きんぴら牛焼肉				A 鶏唐揚げのピリ辛照りマヨソース				A ハンバーグカレードリア											
	B 鯖の韓国風味味噌焼き				B 和風おろし豚焼肉				B チキンのコチジャン チーズ焼き				B 日本唐揚協会認定 鶏の唐揚げ				B ナポリタン											
	A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 和風マカロニサラダ 杏仁フルーツ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> さつま芋のきんぴらバター風味 オレンジ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> あじの南蛮漬け 蒟蒻ピーチゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 枝豆と春雨の中華和え 果物 ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 当日のおたのしみ なめらかチョコプリン ライス、汁物											
	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)							
A定食	1294	40.4	40.7	4.8	965	23.7	22.6	4.1	1074	27.2	31.8	3.4	1100	34.2	43.8	3.7	1650	38.5	53.9	5.5								
B定食	1122	32.8	41.5	5.6	944	27.9	24.1	5.0	1228	49.7	37.2	5.1	1058	35.1	32.2	4.0	1490	34.3	47.6	4.5								

※ 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。