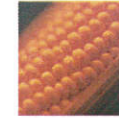




WEEKLY MENU



日	4月8日				4月9日				4月10日				4月11日				4月12日				4月13日				4月14日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	和食 あじの南蛮漬け 小松菜の辛子和え ライス、味噌汁				和食 もやしと卵炒め 大根の明太和え ライス、味噌汁				和食 和風スクランブル ひじきの胡麻サラダ ライス、味噌汁				和食 だし巻き卵 レンコンの鶏そぼろあん ライス、味噌汁				和食 肉団子の旨煮 ブロッコリーのゴマ和え ライス、味噌汁				和食 豚挽肉とインゲンの味噌炒め 胡瓜とカニカマの梅マヨ和え ライス、味噌汁				和食 厚揚げと野菜の生姜煮 白滝ときのこのピリ辛炒め ライス、味噌汁			
	洋食 白身魚フライ ほうれん草とコーンのソテー パン、スープ				洋食 ゆで卵 大根と人参のマヨサラダ パン、スープ				洋食 ウインナーと野菜のソテー ごぼうのポテトサラダ パン、スープ				洋食 絹さやと玉子のソテー マカロニサラダ パン、スープ				洋食 パンバンジー(棒々鶏) ブロッコリーのホットマヨ和え パン、スープ				洋食 かぼちゃのコロッケ キャベツ・ツナコーン炒め パン、スープ				洋食 トマトスクランブル カリフラワーのカレー煮 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				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・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				牛乳・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)
和食	827	23.2	14.9	2.7	825	22.6	18.2	2.3	910	25.8	24.1	3.0	859	23.2	15.1	4.0	945	26.0	22.3	4.8	877	22.0	21.4	3.5	851	23.5	18.2	3.1
洋食	868	29.6	32.7	4.9	849	26.8	37.5	3.9	925	25.5	42.0	4.5	880	29.2	35.9	4.2	858	28.2	35.9	4.7	937	26.3	37.0	3.8	815	28.8	30.9	4.0
昼食	【弁当】 香味野菜と豚肉細切り炒め 大根の梅マヨ和え ひじき煮 ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 若鶏のジンジャーソース さつま芋天 ゴボウサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鯖のごま照り焼き 竹輪のカレー揚げ スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏むね肉の葱塩だれ 絹サヤの中華和え ポテトサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 揚げ餃子と焼売 小松菜とチャーシューの炒め 春雨中華サラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 きつねうどん 揚げジャコと春キャベツのお浸し ライス小 漬物				【丼】 親子丼 揚げ豆腐 汁物 漬物			
	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)
	758	19.8	16.9	4.2	909	26.4	26.8	3.9	917	28.2	29.7	3.5	743	26.1	14.4	3.7	844	19.9	19.0	3.6	717	17.8	5.3	4.2	850	29.4	20.3	3.2
	A 春巻と肉団子の甘酢あん				A おろし和風ハンバーグ				A BBQチキン				A かつ煮				A ポークカレー				A 回鍋肉				A 鶏肉団子の野菜あんかけ			
B ロールキャベツのハヤシソース				B 白身魚の衣揚げ				B 卵とキャベツの塩麹炒め				B 麻婆茄子				B キーマカレー				B 豆腐つくねと根菜の醤油あん ゆず風味				B 秋刀魚のフライ				
A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> もやしの中華浸し ミックスオレンジムース ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> マヨ風味焼きそば キウイ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 白菜のおひたし いちごゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> メンマともやしの中華和え 杏仁豆腐デザート ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> カリフラワーのコンソメ煮 グレープフルーツゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> インゲンの胡麻和え バナナ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 菜の花と春雨の梅和え 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)	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	979	19.7	26.6	4.3	1005	26.5	27.4	5.4	989	32.8	19.5	4.0	926	24.8	24.6	3.9	847	16.9	16.1	4.1	917	26.2	22.5	5.4	883	22.1	20.6	4.7
B定食	861	24.4	14.2	4.2	928	29.1	17.1	4.1	899	15.5	27.3	5.5	868	18.0	23.1	5.7	868	19.2	17.7	3.9	835	21.8	14.4	5.7	891	25.4	19.8	3.4

※ 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。