



WEEKLY MENU



日	5月27日				5月28日				5月29日				5月30日				5月31日				6月1日				6月2日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	和食				和食				和食				和食				和食				和食				和食			
	和風スクランブル レンコンの鶏そぼろあん ライス、味噌汁				鯖の味噌煮 カリフラワーのカレー煮 ライス、味噌汁				目玉焼き 納豆(カップ) ライス、味噌汁				だし巻き卵 胡瓜とカニカマの梅マヨ和え ライス、味噌汁				鯖の七味焼き かぼちゃのそぼろあん ライス、味噌汁				豚肉と野菜のブラックペッパー塩炒め ひじきと白滝の煮付け ライス、味噌汁				鶏肉の治部煮 アスパラと筍の炒め ライス、味噌汁			
	洋食				洋食				洋食				洋食				洋食				洋食							
	ミートコロケ 朝食サラダ パン、スープ				オムレツ 朝食サラダ パン、スープ				ウインナーとマカロニコンソテー 朝食サラダ パン、スープ				キャベツ・ツナコン炒め 朝食サラダ パン、スープ				ほうれん草スクランブル 朝食サラダ パン、スープ				ベーコン 朝食サラダ パン、スープ				肉団子のチリソース 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				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				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)	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	918	27.2	20.2	4.0	960	28.3	24.5	3.8	876	28.4	21.2	1.9	856	21.5	20.2	3.0	1168	37.9	39.8	3.6	1192	30.2	49.3	3.8	1120	42.5	30.4	5.2
洋食	839	23.2	30.8	3.8	930	25.3	37.3	4.8	936	27.4	39.0	3.5	754	22.6	27.1	2.9	796	27.5	30.9	3.7	832	23.8	35.1	4.4	768	21.2	37.4	2.7
昼食	【弁当】				【弁当】				【弁当】				【弁当】				【弁当】				【麺】				【丼】			
	チキンの香味揚げ 筍の中華炒め 春雨中華サラダ ライス、漬物、味噌汁				ブルコギ シュウマイ ゴボウサラダ ライス、漬物、味噌汁				とんかつ 切干大根のゆず胡椒風味 ポテトサラダ ライス、漬物、味噌汁				アジフライとメンチカツ きんぴらごぼう 小松菜とひじきの煮し ライス、漬物、味噌汁				鶏肉の回鍋肉と春巻 大根の煮物 マカロニサラダ ライス、漬物、味噌汁				ツナのトマトソース コロケ ライス小 漬物				親子丼 人参とキャベツの胡麻和え 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)
	966	31.8	26.8	4.3	1162	32.7	45.2	4.9	936	24.3	23.3	4.2	1007	26.1	31.6	4.8	1034	32.7	26.9	6.0	902	22.2	43.3	4.1	802	32.0	22.4	4.5
夕食	A				A				A				A				A				A							
	きゃべつメンチカツ				豚肉の生姜焼き				鶏肉のカレー風味揚げ				おろし和風ハンバーグ				ビーフカレー				白身魚と野菜の南蛮漬け				いわしと野菜の天ぷら			
	B				B				B				B				B				B							
	鯖のごま照り焼き				白身魚のフリット ジンジャーソース				豚バラと豆腐のトマト旨煮				さばの一口立田揚げ				ポークデミシチュー				鶏すき煮豆腐				煮込みハンバーグ 洋食屋風			
A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				A・B共通メニュー				
<サラダバー> <デリバー> 小松菜のおひたし オレンジ ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> なめ茸オクラ フルーチェ ミックスベリー ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> ソース焼きそば みかん寒天ゼリー ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> 大学芋 グレープフルーツ ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> ブロッコリーのガーリック炒め ヨーグルトフルーツ ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> 大根ときゅうりのキムチ和え 洋梨 ライス、汁物				<サラダバー> <デリバー> 菜の花と春雨の梅和え 蒟蒻ピーチゼリー 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)	
A定食	942	24.9	27.1	4.8	859	24.6	21.8	4.0	1067	37.6	28.8	3.2	1004	22.6	27.3	4.9	1283	24.1	25.6	3.6	785	27.3	8.1	3.7	859	22.4	17.2	2.8
B定食	870	29.1	28.3	2.9	788	24.0	13.0	4.3	1136	34.1	33.8	6.0	977	32.3	24.4	4.2	965	25.8	24.8	4.2	928	34.7	20.8	4.8	665	12.5	7.0	2.8

※ 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。