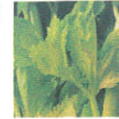




WEEKLY MENU



日	6月24日				6月25日				6月26日				6月27日				6月28日				6月29日				6月30日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	和食 豚肉ときくらげの卵炒め ほうれん草のお浸し ライス、味噌汁				和食 肉じゃが 納豆 ライス、味噌汁				和食 銀鮭の西京焼き 冷奴(1/6T) ライス、味噌汁				和食 アジフライ 大根と人参のマヨサラダ ライス、味噌汁				和食 がんと鶏の煮物 アジア風ホクホクポテト ライス、味噌汁				和食 だし巻き卵 わかめのツナ炒め ライス、味噌汁				和食 五目豆 ほうれん草とベーコンのソテー ライス、味噌汁			
	洋食 カレーコロッケ 朝食サラダ パン、スープ				洋食 もやしと卵炒め 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 肉団子と野菜のトマト煮込み 朝食サラダ パン、スープ				洋食 ハム野菜炒め 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 コーンスランブル 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							
	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							
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	920	28.3	23.2	3.7	1013	26.1	28.8	3.6	892	31.5	21.1	1.9	961	23.7	28.2	2.7	885	22.9	18.1	3.9	825	21.2	16.7	2.7	858	22.8	19.4
洋食	870	23.2	33.1	4.1	787	22.4	28.9	4.0	764	22.4	30.8	3.5	858	25.7	32.8	4.9	749	22.4	26.6	3.9	815	23.5	35.1	3.9	716	18.7	35.0	2.9
昼食	【弁当】 豚肉の生美焼きとシウマイ なすとピーマンの鍋しぎ ポテトサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 照焼きハンバーグ ひじきと枝豆の煮物 マカロニサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 ピーマンの肉詰めと白身魚フライ 白菜とベーコンの炒め ごぼうサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 チキンカツ 小松菜とチャーシューの炒め 春雨サラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏ももの西京焼きと貝柱フライ 竹の子と山くらげのピリ辛和え スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 札幌味噌ラーメン 焼き餃子 ライス小 漬物				【丼】 牛肉の柳川井 菜の花のごま和え 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)
	1057	28.1	36.8	5.9	905	23.7	26.5	5.3	1012	23.6	39.0	4.6	936	26.3	29.3	3.6	948	35.6	27.8	4.5	979	29.3	26.3	10.8	857	26.6	27.6	4.8
	A 鶏肉のジンジャーソース				A かつ煮				A 鶏肉の洋風唐揚げ				A 豚しゃぶのピリ辛サラダ仕立て				A ポークカレー(辛口)				A 鱈のパン粉焼き チーズ風味				A イタリアンハンバーグステーキ			
B たらのフリット 香味トマトソース				B タンドリーチキン				B 鯖の生姜煮				B ピクメンチカツ				B ビーフシチュー				B 鶏天のおろしぼん酢				B 豚焼肉ともやしのねぎソース				
A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 豚肉と野菜のビーフン 青りんごゼリー ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> かぼちゃのそぼろあん フルーチェ イチゴ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> インゲンの胡麻マヨ和え 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> ほうれん草とマカロニのクリーム煮 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> 香味野菜の青じそ風味 ヨーグルトフルーツ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> レンコンの鶏そぼろあん 洋梨 ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> ワカメとしめじの煮浸し グレープフルーツゼリー 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	993	32.0	29.1	3.8	1065	32.6	26.7	6.3	1185	31.4	45.3	4.1	923	28.7	26.5	3.7	1228	24.7	19.6	3.7	755	26.6	6.6	4.4	1037	30.4	26.5
B定食	840	22.1	16.1	3.2	872	39.9	17.0	5.7	1045	28.5	41.2	3.5	1085	24.7	39.5	3.4	995	23.0	29.3	4.3	1090	33.7	33.7	5.6	871	29.8	18.1	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。