

Weekly Menu

日	4月19日				4月20日				4月21日				4月22日				4月23日				4月24日				4月25日				
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)				
朝食	厚揚げと筍のうま煮 もやしの胡麻風味和え ライス、味噌汁 カレーコロッケ 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				なめ茸オクラ れんこんポテトサラダ ライス、味噌汁 肉団子のテリソース 朝食サラダ 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				豚肉とシメジの炒め煮 納豆 ライス、味噌汁 オムレツ 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				そぼろ肉じゃが 白菜と竹輪のごま酢和え ライス、味噌汁 ゆで卵 朝食サラダ 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				ほうれん草のクリーム煮 海苔の佃煮 ライス、味噌汁 ベーコン 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				ニンジンとチリメンジャコのキンピラ コーンとブロッコリーのマヨソース ライス、味噌汁 目玉焼き 朝食サラダ 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				ハムと野菜のカレー炒め ハッシュドポテト パン、スープ デザート 朝食サラダ 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	807	23.4	17.9	2.5	839	18.8	14.0	2.4	817	24.8	18.8	2.3	804	20.4	15.7	2.8	751	20.4	13.4	2.3	786	21.1	23.1	2.4	770	26.0	30.1	3.9	
昼食	【弁当】 ピーマンの肉詰めと魚の塩焼き チリコンカン マカロニサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 きんぴら焼肉 小松菜とコーンのじゃこ和え スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 和風おろしハンバーグ ポテトと鮭のホクホク和え 春雨中華サラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め 焼売のカレー揚げ ゴボウサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏のジューシーからあげ 切干大根の梅風味 ポテトサラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 タンメン 焼き餃子 ライス デザート				【丼】 鶏天丼 キムチ冷奴 汁物 フルーツ				
	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	848	33.1	20.7	2.3	915	32.0	24.5	3.7	825	21.9	19.5	5.3	1041	32.4	37.5	3.7	986	36.1	31.2	3.9	971	29.4	15.1	6.6	949	40.6	32.2	4.7	
夕食	A ブルコギ				A 白身魚のマヨネーズ焼き カレー風味				A BBQチキン				A 豚バラと豆腐のトマト旨煮				A メンチカツカレー				A サーモンのチーズグリル				A チキンカツとアジフライの盛り合わせ				
	B 唐揚げとコーンフライ				B 鯖の味噌煮				B 豚キムチ炒め				B ハムカツ				B メンチカツ				B メンチカツ				B メンチカツ				
	A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 里芋の彩りあんかけ 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> ソース焼きそば 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> 竹輪とキャベツの味噌マヨ和え 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> カレー味ビーフン 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> パプリカと大根のピクルス 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> ほうれん草ともやしのナムル 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> 和風マカロニサラダ デザート 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	974	32.4	24.4	4.6	884	23.4	12.5	4.4	1147	37.1	31.3	4.7	1104	32.9	39.0	7.0	1383	26.5	33.7	3.4	916	35.7	28.7	3.8	1154	26.7	34.3	3.6	
B定食	986	20.9	27.5	4.4	986	33.7	31.1	6.8	1123	37.8	30.3	5.5	1084	25.8	26.4	7.3													

※ 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。