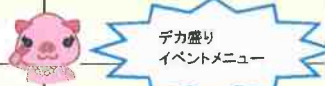


# Weekly Menu

日	6月14日				6月15日				6月16日				6月17日				6月18日				6月19日				6月20日				
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)				
朝食	小松菜の辛子和え かぼちゃとベーコンの和風煮 ライス、味噌汁 卵と野菜のピーマン炒め 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				きびなご揚げ 厚揚げとじゃが芋の韓国風煮 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				ひじきと枝豆の煮物 茄子のはさみ揚げ ライス、味噌汁 ウインナーと野菜のソテー 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				揚げタコ 青菜と白菜のぼん酢和え ライス、味噌汁 ニラ玉炒め 朝食サラダ 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				パンプキンサラダ ブロッコリーのガーリック炒め ライス、味噌汁 肉団子の旨煮 朝食サラダ 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				豚挽肉とインゲンの味噌炒め かにかまと胡瓜の二杯酢 ライス、味噌汁 魚フライ 朝食サラダ 牛乳・りんごジュース・コーヒー・紅茶				カリフラワーのコンソメ煮 チキンカツ パン、スープ トマトスクランブル 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)
	949	19.8	11.7	2.7	892	24.0	15.2	2.3	1012	23.4	23.8	3.5	888	18.5	14.9	2.7	947	21.0	21.3	2.3	973	21.4	15.9	2.7	951	25.3	29.4	4.1	
昼食	【弁当】 鯖の香味揚げ 納豆の中華和え スパゲティサラダ ライス、漬物				【弁当】 根菜ハンバーグとかぼちゃ焼肉フライ 大根の炒め煮 ゴボウサラダ ライス、漬物				【弁当】 照焼きチキンとミートコロッケ ブロッコリーの塩昆布和え マカロニサラダ ライス、漬物				【弁当】 肉じゃが 春巻 春雨中華サラダ ライス、漬物				【弁当】 ささみマヨカツ 筍と高菜の炒め ポテトサラダ ライス、漬物				【麺】 冷やしきつねうどん 竹輪の磯辺揚げ ライス デザート				【丼】 鶏肉きんぴら丼 玉子豆腐 汁物 デザート				
	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)
	969	28.7	39.1	3.5	806	18.1	19.6	2.8	802	27.3	21.6	2.6	813	12.8	16.6	4.3	827	21.9	23.8	2.5	751	21.9	7.6	3.9	809	26.5	17.2	4.1	
夕食	A クリームコロッケとメンチカツ				A ポークピカタトマトソース				A アジの唐揚げ				A 野菜コロッケカレー				A 肉豆腐				A 1/2日分の野菜と茹で豚のあんかけ								
	B ポーク焼肉とクリームコロッケ				B ポークチャップ				B 鱈のパン粉焼き チーズ風味				B ご当地【秩父】わらじかつ丼																
	A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 高菜冷奴 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> もやしの中華浸し 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> レパールの甘辛揚げ 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> ナポリタン 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> カリフラワーのピクルスゆず風味 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> さつまいものきんぴらバター風味 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> ベーコンの炒め煮 フルーツ 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	1024	32.6	43.2	5.4	1045	37.8	33.6	4.6	911	36.5	26.7	5.8	1245	30.5	20.5	5.9	1251	23.6	23.9	5.0	1156	37.7	31.4	5.8	988	23.7	14.9	4.8	
B定食	983	30.1	33.8	4.6	952	33.3	23.8	4.6	924	34.0	9.4	4.3																	



デカ盛り  
イベントメニュー

\* 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。