



Weekly Menu



日曜日	6月6日 (月)	6月7日 (火)	6月8日 (水)	6月9日 (木)	6月10日 (金)	6月11日 (土)	6月12日 (日)
朝食	目玉焼き 納豆 ライス・味噌汁 いんげんとベーコンのソテー 朝食サラダ	いわし磯辺フライ 厚揚げのそぼろあん ライス・味噌汁 ゆで卵 朝食サラダ	ウィンナー コーンス克蘭ブル ライス・味噌汁 青菜の辛子醤油和え 朝食サラダ	大判揚げ 切干大根のゆず胡椒風味 ライス・味噌汁 マカロニサラダ 朝食サラダ	アジの照り焼き 五目豆 ライス・味噌汁 白菜と竹輪のごま酢和え 朝食サラダ	肉団子のクリーム煮 ツナキャベツ ライス・味噌汁 ブレンオムレツ 朝食サラダ	キャベツメンチカツ ピーマンソテー ライス・味噌汁 青梗菜ともやし中華和え 朝食サラダ
	牛乳・オレンジジュース・紅茶	牛乳・リンゴジュース・紅茶	牛乳・オレンジジュース・紅茶	牛乳・リンゴジュース・紅茶	牛乳・オレンジジュース・紅茶	牛乳・リンゴジュース・紅茶	牛乳・オレンジジュース・紅茶
	E 853 P 28.8 F 22.4 C 145.6 Salt 3.3 kcal g g g g	E 867 P 33.2 F 28.0 C 147.1 Salt 3.1 kcal g g g g	E 879 P 28.5 F 33.0 C 146.0 Salt 3.5 kcal g g g g	E 842 P 24.2 F 19.5 C 173.2 Salt 3.7 kcal g g g g	E 852 P 31.9 F 17.0 C 155.7 Salt 4.5 kcal g g g g	E 885 P 26.0 F 29.4 C 158.9 Salt 4.1 kcal g g g g	E 883 P 26.1 F 31.8 C 159.2 Salt 3.6 kcal g g g g
昼食	【6/5 夕食時配布】 パン 2個 ジュース	【6/6 夕食時配布】 パン 2個 ジュース 夜食 カップラーメン	【6/7 夕食時配布】 パン 2個 ジュース	【6/8 夕食時配布】 パン 2個 ジュース	【6/9 夕食時配布】 パン 2個 ジュース	合し豚しゃぶうどん コロッケ デザート ライス	のり弁風丼 青梗菜ともやしのナムル デザート 汁物
	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 670 P 18.0 F 29.1 C 0.0 Salt 2.2 kcal g g g g	E 886 P 21.2 F 16.8 C 93.4 Salt 3.9 kcal g g g g
夕食	A ポークチャップ	A ポークストロガノフ	フィッシュ A 鮭フライ タルタルソース	A ロールキャベツ	カレー チーズチキンカツカレー	SPECIAL ささみマヨかつ	祝日特別 揚げサバのおろし和え
	B かつ煮	B 若鶏の西京みそ焼き	B 鯖のコーンマヨ焼き	B イタリアンハンバーグ	チーズチキンカツカレー	ささみマヨかつ	揚げサバのおろし和え
	AB共通 サラダ 枝豆と春雨の中華和え デザート ライス・汁物	AB共通 サラダ ナポリタン フルーツ ライス・汁物	AB共通 サラダ 揚げ茄子のナムル デザート ライス・汁物	AB共通 サラダ かぼちゃとベーコンの和風煮 デザート ライス・汁物	AB共通 サラダ 蓮根と人参のピクルス デザート ライス	AB共通 サラダ そぼろ肉じゃが デザート ライス・汁物	AB共通 サラダ 豚肉と野菜の中華和え デザート ライス・汁物
A	E 1,028 P 31.5 F 27.5 C 163.8 Salt 4.6	E 1,069 P 32.6 F 27.4 C 179.2 Salt 5.0	E 1,095 P 21.5 F 34.5 C 143.7 Salt 3.6	E 1,097 P 25.3 F 15.7 C 176.8 Salt 4.5	E 1,397 P 29.1 F 25.8 C 273.3 Salt 5.7	E 1,185 P 28.1 F 42.4 C 176.0 Salt 5.0	E 950 P 26.7 F 24.9 C 155.5 Salt 4.4
B	E 1,166 P 32.3 F 35.2 C 182.5 Salt 6.3	E 1,208 P 51.4 F 37.7 C 171.5 Salt 5.3	E 1,183 P 28.6 F 56.5 C 139.5 Salt 3.4	E 1,192 P 35.4 F 35.1 C 191.9 Salt 6.1			
	kcal g g g g	kcal g g g g	kcal g g g g	kcal g g g g	kcal g g g g	kcal g g g g	kcal g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 Salt:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。