


Weekly Menu


	【日】 4.30	【月】 5.1	【火】 5.2	【水】 5.3	【木】 5.4	【金】 5.5	【土】 5.6
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	かに焼売 キャベツとかまぼこの 香味梅和え 味噌汁			メンチカツ もやしゆかり和え 味噌汁	親子煮 金平ごぼう 味噌汁		鶏の照煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁
	572kcal 塩2.9g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	688kcal 塩2.8g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	562kcal 塩2.8g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	621kcal 塩2.9g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
洋定食 パン・牛乳付		白身魚のかーれムニエル バナナ ポテトコンソメスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	ウインナー 春雨サラダ わかめスープ パン はちみつ りんごジャム			ハンバーグ コーンフレーク コンソメスープ ホットドックパン マーマレード りんごジャム	
	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	580kcal 塩2.2g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	574kcal 塩3.1g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	547kcal 塩2.5g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
<昼食 12:50 — 13:35>							
昼食	ツナクリームパゲティ カレーコロッケ グリーンサラダ	鶏ムネ肉のガリハタ炒め 青のり塩ポテト ぶどうムース 味噌汁 ごはん	アジフライ&かきクリームコロッケ マカロニサラダ レモンゼリー 清まし汁 ごはん	旨辛スタミナ焼きそば イカドーナッツフライ チョレギサラダ	鶏肉の唐揚げ丼 照りマヨソース マロニー中華和え わかめスープ	 こどもの日 シーフードカレーうどん ツナサラダ かしわ餅	牛丼 ジャーマンポテトサラダ 味噌汁
	754kcal 塩4.2g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	754kcal 塩3.9g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	921kcal 塩2.8g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	661kcal 塩2.2g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	948kcal 塩3.4g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	593kcal 塩4.4g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	927kcal 塩3.6g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
<夕食 17:50 — 18:50>							
日替わり セット	牛カルビ焼肉 かぼちゃの ピリ辛マヨ和え 春雨とハムのスープ		豚肉の ガーリックソテー 里芋の肉味噌かけ 味噌汁	ハンバーグ おろしポン酢あん ビーンズツナサラダ 味噌汁		豚肉の葱塩炒め じゃこと 厚揚げのサラダ 味噌汁	
	848kcal 塩2.7g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	701kcal 塩3.5g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	723kcal 塩4.1g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	803kcal 塩3.7g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
丼/麺 セット		豚味噌炒め丼 豆腐の梅しそ和え 中華スープ		ちくわ天きしめん 海老ニラ蒸しまん ごはん			五目あんかけバリソバ チキンの梅ドレサラダ ごはん
	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	796kcal 塩3.2g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	908kcal 塩6.2g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	918kcal 塩2.8g アレルギー: えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生

Weekly Menu

	【日】 5.7	【月】 5.8	【火】 5.9	【水】 5.10	【木】 5.11	【金】 5.12	【土】 5.13		
<朝食 7:10 — 08:00>									
和朝食 ご飯・牛乳付	かに焼売 温泉玉子 清まし汁		豚肉の旨塩炒め バナナ 味噌汁		鶏肉の味噌焼き 小松菜と じゃこの和え物 清まし汁		れんこんのはさみ揚げ 春雨の中華和え 味噌汁		
	617kcal 塩1.8g		615kcal 塩2.1g		628kcal 塩2.7g		631kcal 塩2.7g		
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			
洋定食 パン・牛乳付	ベーコンエッグ コールスローサラダ コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ		じゃが芋のバジル炒め チョコクリスピー コンソメスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム		オムレツのミートソースかけ 大根サラダ わかめスープ パン はちみつ りんごジャム		カニクリームコロッケ 温野菜のサラダ オニオンスープ パン チョコレート マーマレード		
	616kcal 塩2.8g		653kcal 塩2.4g		411kcal 塩2.6g		721kcal 塩2.5g		
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			
<昼食 12:50 — 13:35>									
昼食	あんかけ炒飯 野菜コロッケ もやしのナムル 中華スープ		バターチキンカレー グリーンサラダ フルーツゼリー		鶏ムネ肉の塩麹揚げ スパゲティサラダ オレンジ 味噌汁 ごはん		イカ天うどん 焼売 豆腐と水菜のサラダ		
	780kcal 塩4.7g		838kcal 塩2.3g		1071kcal 塩7.0g		545kcal 塩5.8g		
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			
日替わり セット		チキンクリームシチュー さつま芋のハニーマスタード パイナップル		海老マヨ 焼き餃子 中華スープ		カレイフライの タルタルソース 牛しぐれ煮 味噌汁		鶏肉のスタミナ炒め アジフライ 味噌汁	
		968kcal 塩2.9g		893kcal 塩2.9g		926kcal 塩4.4g		698kcal 塩4.1g	
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			
丼/麺 セット		まるやか 白味噌ラーメン 焼き餃子 ごはん		月見とろろそば 牛しぐれ煮 ごはん		ネギ塩豚丼 アジフライ 味噌汁		まめ台湾風混ぜそば 照り焼き豆腐ハンバーグ ごはん	
		888kcal 塩7.2g		894kcal 塩7.6g		859kcal 塩3.8g		784kcal 塩2.8g	
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			
日替わり セット		白身魚の チーズパン粉焼き れんこんカレー炒め 味噌汁		ヒレカツ 法蓮草とウイナのソテー 味噌汁 メロン		鶏塩焼きそば 法蓮草とウイナのソテー ごはん メロン		鶏塩焼きそば 法蓮草とウイナのソテー ごはん メロン	
		576kcal 塩3.1g		757kcal 塩2.2g		658kcal 塩3.7g		1009kcal 塩3.7g	
アレルギー		アレルギー		アレルギー		アレルギー			
えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生			
● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●		● ● ● ● ● ● ● ●			



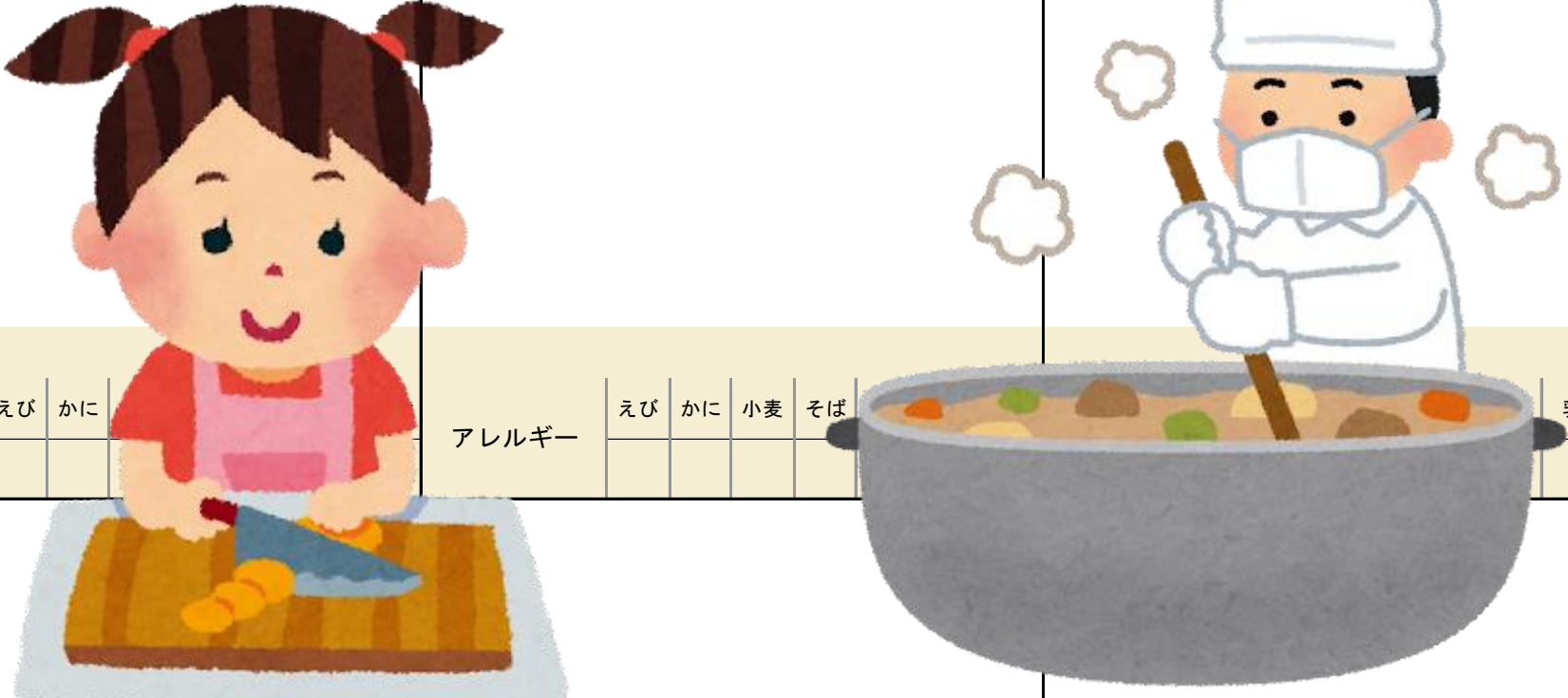
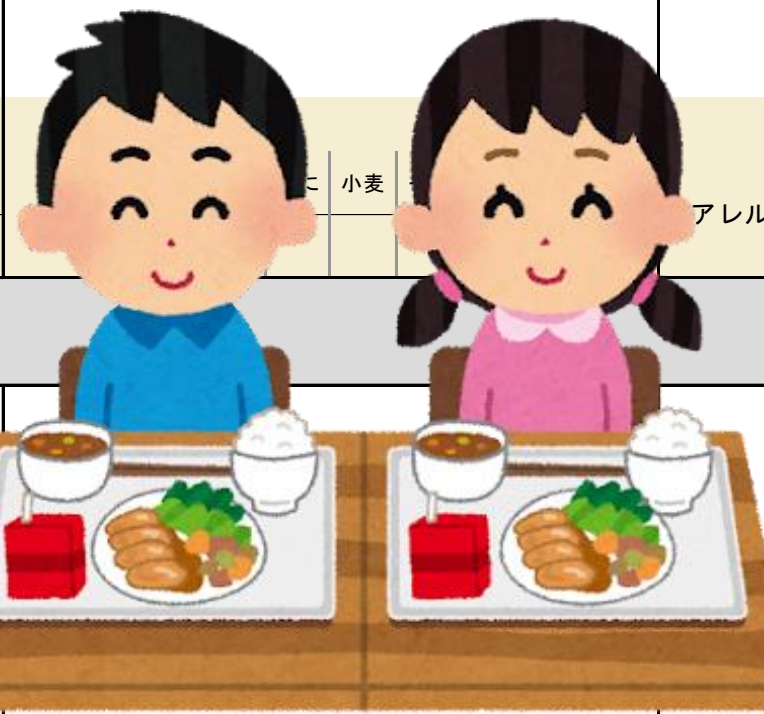

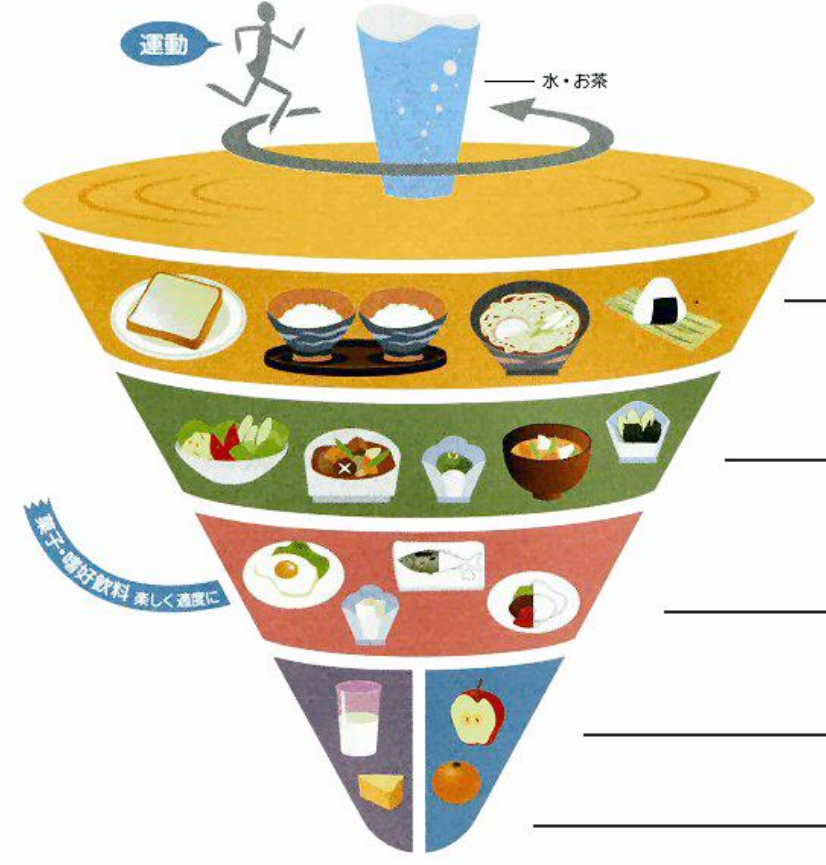
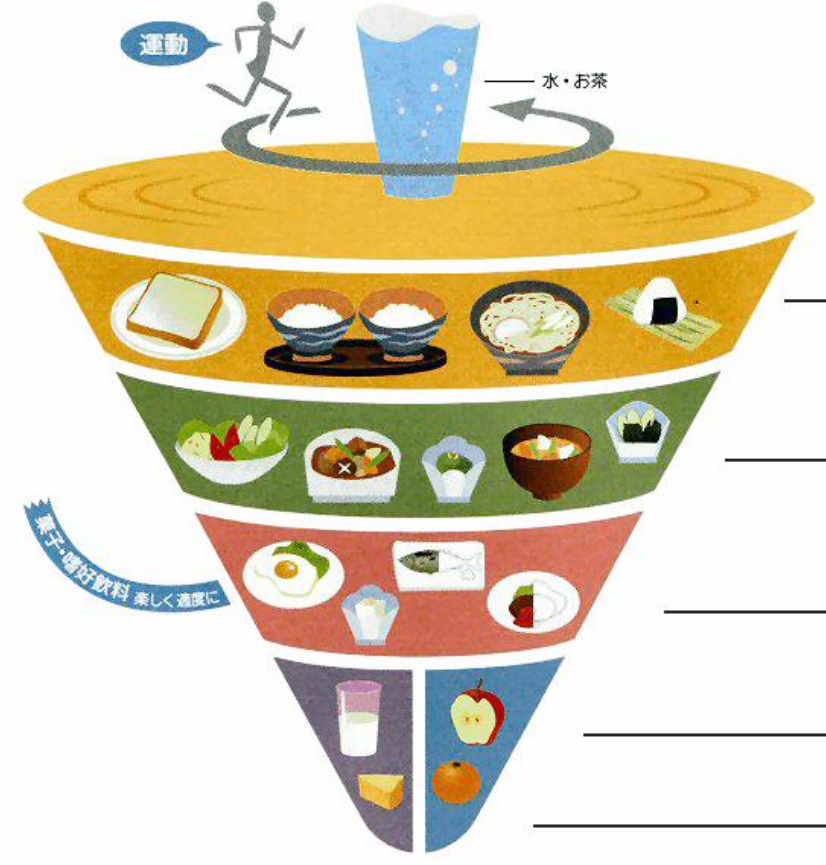
Weekly Menu

	【日】 5.14	【月】 5.15	【火】 5.16	【水】 5.17	【木】 5.18	【金】 5.19	【土】 5.20
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	牛肉コロッケ 大根サラダ 味噌汁	塩だれかじ 風マツカツ ビーフソテー 味噌汁	鶏のから揚げ もやしのナムル 味噌汁	赤魚の煮付け ゆで卵 清まし汁	肉じゃが キャベツとしらすの 和風レモンマリネ 味噌汁	厚揚げのそぼろあん 納豆 味噌汁	大葉で包んだアジフライ 白菜ごま和え 味噌汁
	688kcal 塩2.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	684kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	658kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	637kcal 塩2.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	610kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	692kcal 塩2.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	594kcal 塩2.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
洋定食 パン・牛乳付	ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ	ウイナーのケチャップ炒め フルーツグラノーラ コンソメスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	ふわふわエッグ バナナ 和風コンソメスープ 全粒粉イングリッシュマフィン はちみつ りんごジャム	フランクドック ツナサラダ ポテトコンソメスープ パン チョコレート マーマレード	かぼちゃ挽肉フライ コーンとかかのサラダ オニオンスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム	ウイナー コーンフレーク わかめスープ ホットドックパン マーマレード りんごジャム	ツナマカロニソテー キャベツとツナのソテー コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート
	730kcal 塩4.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	641kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	338kcal 塩1.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	762kcal 塩2.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	650kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	560kcal 塩2.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	575kcal 塩3.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
<昼食 12:50 — 13:35>							
昼食	パン2種類 おにぎり グレープゼリー アップル&キャロットジュース	ツナクリームパゲティ コーンコロッケ グリーンサラダ	 まめカリッと炒飯 大学芋 大根の梅サラダ わかめスープ	チャンポン麺 串カツ 和風プリン	豚肉の生姜炒め 青のりポテトビーンズ メロンゼリー 中華スープ ごはん	タラのカレーマヨ焼き 温野菜のサラダ 種なしぶどう コンソメスープ ごはん	鶏唐揚げのマヨポン井 キャラメルポテト 味噌汁
	754kcal 塩4.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	776kcal 塩5.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	692kcal 塩7.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	891kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	694kcal 塩2.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1024kcal 塩3.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	
<夕食 17:50 — 18:50>							
日替わり セット	鶏のレモンペッパー焼 里芋のタラコ和え コンソメスープ	さばの照り焼き ベーコンチップサラダ 味噌汁	 エビカツ カレーソース 棒々だれ豆腐 味噌汁	白身フライ& チキンソテー サニークスのごまサラダ 味噌汁	デザート 牛カルビのネギ塩だれ コーンコロッケ わかめスープ しゅわしゅわフルーツ	鶏肉のごま味噌焼き エビ焼売 清まし汁	豚肉のカレー炒め ウイナーとじゃが芋 のマスタード和え かき卵汁
	730kcal 塩2.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	796kcal 塩3.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	780kcal 塩4.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	954kcal 塩4.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1045kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	834kcal 塩3.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	888kcal 塩2.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
井/麺 セット	ヘルシー焼肉井 里芋のタラコ和え コンソメスープ	ガーリックチキン井 ベーコンチップサラダ 味噌汁	 海鮮かき揚げ 棒々だれ豆腐 ごはん	大きなつくね井 サニークスのごまサラダ 味噌汁	肉うどん コーンコロッケ ごはん しゅわしゅわフルーツ	ソースカツ井 エビ焼売 清まし汁	味噌バターコンラーメン ウイナーとじゃが芋 のマスタード和え ごはん
	903kcal 塩4.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	852kcal 塩5.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	905kcal 塩7.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	869kcal 塩4.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1004kcal 塩7.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	838kcal 塩3.2g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	945kcal 塩5.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生

Weekly Menu

	【日】 5.21	【月】 5.22	【火】 5.23	【水】 5.24	【木】 5.25	【金】 5.26	【土】 5.27
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	鮭の塩焼き 切干大根の煮物 味噌汁	鶏の照煮 じゃこおろし 味噌汁	すき焼き風煮 春雨の 柚子ドレッシング和え 味噌汁	肉団子の甘酢あん ゆで卵 味噌汁	ワンタンスープ煮 切昆布と大豆の煮物 味噌汁	豚肉と大根の煮込み 納豆 味噌汁	肉じゃがコロケ 小松菜としめじ のお浸し 味噌汁
	584kcal 塩2.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	656kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	598kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	659kcal 塩3.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	541kcal 塩5.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	731kcal 塩2.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	636kcal 塩2.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
洋定食 パン・牛乳付	ナ° リアスパ° ゲッティ ほうれん草ソテー コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ	目玉焼き風オムレツ 玄米フレーク わかめスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	白身魚のムニエル 大根サラダ コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム	スクランブルエッグ&ウイナー レタスコーンサラダ 野菜たっぷりスープ パン チョコレート マーマレード	バジルチキン キャベツとツナのソテー コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム	ウイナーのカレー炒め フルーツグラノーラ オニオンスープ 揚げパン シュガー	ミートボールのスープ° 煮 オレンジ コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート
	624kcal 塩3.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	575kcal 塩2.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	405kcal 塩2.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	622kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	589kcal 塩3.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	568kcal 塩1.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	582kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
<昼食 12:50 — 13:35>							
昼食	ハヤシライス かぼちゃコロケ グリーンサラダ	名古屋名物 味噌煮込みうどん 竹輪の磯辺揚げ ストロベリームース	メンチカツ丼 カレー風味ジャーマン° テト 味噌汁	野菜が半分摂れます! 野菜いっぱい 八宝菜 春巻 フルーツヨーグルト わかめスープ ごはん	New サーモングラタン コールスローサラダ カフェオレゼリー コンソメスープ ごはん	きつねきしめん ミニ麻婆豆腐 サイコロサラダ チョコケーキ	プルコギ丼 コーンサラダ 中華スープ
	998kcal 塩2.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	560kcal 塩5.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	883kcal 塩4.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	910kcal 塩3.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	760kcal 塩2.2g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	771kcal 塩6.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	784kcal 塩2.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
<夕食 17:50 — 18:50>							
日替わり セット	白身魚フライ ピリ辛ソース 蒸し鶏と ひじきのごまマヨ 味噌汁	豚肉とじゃが芋の がリハ° タテ いかマリネサラダ 味噌汁	チキンの タルタルソース焼き カニクリームコロケ 味噌汁	デザート 牛カルビ焼肉 大学芋 清まし汁 ぶどう缶	今月のフェアメニュー はちみつ味噌チキン ガーリックポテト かき卵汁	チキンステーキ BBQソース ブロッコリーの 胡麻サラダ コンソメスープ	サーモンフライ ごぼうと豚の炒め煮 清まし汁
	797kcal 塩4.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	781kcal 塩4.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1016kcal 塩5.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	942kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	769kcal 塩4.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	906kcal 塩6.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	817kcal 塩2.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
丼/麺 セット	温玉豚丼 蒸し鶏と ひじきのごまマヨ 味噌汁	親子丼 いかマリネサラダ 味噌汁	ミネストローネ スープパゲティ カニクリームコロケ ごはん	梅しそ豚丼 大学芋 清まし汁 ぶどう缶	担々麺 ガーリックポテト ごはん	ボロネーゼライス ブロッコリーの 胡麻サラダ コンソメスープ	肉汁つけ麺(うどん) ごぼうと豚の炒め煮 ごはん
	1013kcal 塩4.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	873kcal 塩3.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	999kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1037kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	1001kcal 塩6.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	828kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	835kcal 塩4.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生

Weekly Menu

	【日】 5.28	【月】 5.29	【火】 5.30	【水】 5.31		
<朝食 7:10 — 08:00>						
和朝食 ご飯・牛乳付	五目玉子巻き なめこおろし 清まし汁	鶏肉の柳川煮 バナナ 味噌汁	エビ串ダンゴ ほうれん草のごま和え 味噌汁	目玉焼き 肉じゃが 味噌汁		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
	567kcal 塩1.7g	631kcal 塩2.5g	540kcal 塩3.0g	716kcal 塩2.5g		
洋定食 パン・牛乳付	エビグラタンフライ サツマイモサラダ コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ	オムレツの杓伊ソースかけ 玄米フレーク コンソメスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	トマトペンネ ゆで卵 コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム	メンチカツ コールスローサラダ 和風コンソメスープ パン チョコレート マーマレード		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
	711kcal 塩2.4g	657kcal 塩3.6g	505kcal 塩2.3g	657kcal 塩2.4g		
<昼食 12:50 — 13:35>						
昼食	パン2種類 おにぎり りんごゼリー 白ブドウ&ほうれん草 ジュース	肉の日 29日 麗澤カレー 野菜マリネサラダ バナナムース	ガーリックライス ハムポテトフライ わかめサラダ	ミートスパゲティ 白身魚フライ 大根サラダ		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
	902kcal 塩5.1g	1043kcal 塩3.5g	629kcal 塩4.3g			
<夕食 17:50 — 18:50>						
日替わり セット	包み焼チーズハンバーグ かき揚げとツナの わさびマヨ和え 味噌汁	タラのバジルマヨ焼き 青のり塩ポテト 味噌汁	鶏肉の葱味噌焼き 餃子 清まし汁 あんドーナッツ	赤魚の レモンオイル焼き うずら玉子フライ 味噌汁		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
	811kcal 塩4.5g	709kcal 塩2.6g	878kcal 塩2.6g	600kcal 塩2.8g		
丼/麺 セット	焼そば炒飯 かき揚げとツナの わさびマヨ和え 味噌汁	鶏竜田サラダ丼 青のり塩ポテト 味噌汁	四川風とき玉ラーメン 餃子 ごはん あんドーナッツ	ジャージャー飯 うずら玉子フライ 味噌汁		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
	977kcal 塩4.4g	849kcal 塩3.4g	1108kcal 塩11.6g	842kcal 塩3.7g		

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

1日分

- 5.7 主食(ごはん、パン、麺)
- 5.6 副菜(肉、魚、卵、豆、野菜、海藻、きのこ)
- 3.5 主菜(肉、魚、卵)
- 2 牛乳・乳製品
- 2 果物

※SVとはサービング(食事の提供量の単位)の略

デザート