

Weekly Menu

	【日】 4.11	【月】 4.12	【火】 4.13	【水】 4.14	【木】 4.15	【金】 4.16	【土】 4.17
<朝食 07:10 — 08:20>							
和朝食 ご飯・牛乳付	肉詰めいなり 小松菜ナムル 味噌汁 (玉ねぎ・麩)	がんもの煮しめ 白菜の中華五目和え 味噌汁 (あげ・白菜)	照り焼きつくね 南瓜サラダ 味噌汁 (小松菜・えのき)	鯖の塩焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 (麩・白葱)	エビ串ダンゴ 豆もやしナムル 味噌汁 (大根・ごぼう)	豚のポン酢和え 納豆 味噌汁 (じゃがいも・ねぎ)	白身魚の照焼き キャベツと鶏の 辛子和え 味噌汁 (玉ねぎ・麩)
	646kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	611kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	791kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	731kcal 塩3.2g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	673kcal 塩3.2g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	738kcal 塩3.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	656kcal 塩3.4g 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	法蓮草とウインナーのソテー スナックえんどうの サラダ オニオンスープ	目玉焼き 玄米フレーク ポテトコンソメスープ	ミートボール煮 コーンサラダ 野菜たっぷりスープ	ハムスクランブル エッグ フルーツ キウイフルーツ オニオンスープ	ウインナーの カレー炒め フルーツグラノーラ キャベツのスープ	メンチカツ コールスローサラダ 玉子と豆苗のスープ	オムレツ&ハム 野菜サラダ ポタージュスープ
	418kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	558kcal 塩2.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	475kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	546kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	506kcal 塩3.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	566kcal 塩2.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	525kcal 塩3.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
<昼食 11:30 — 13:50>							
昼食	パン (2種類) おにぎり (1種類) バナナ 野菜ジュース	コーゲンたっぷり 牛すじカレー シーザーサラダ コーンコロケ	豚肉の生姜焼き ごぼうサラダ ひじき煮 かき玉汁	麻婆飯 もやしとハムの和え物 揚げ餃子 春雨とハムのスープ	鮭のバター醤油焼き 小松菜のゆず和え ピリ辛こんにゃく 味噌汁 (白菜・えのき)	油淋鶏 スパゲティサラダ フルーツ白玉 味噌汁 (麩・白葱)	豚肉の葱味噌焼き さつま芋の サイコログルトサラダ 大根と油揚げの煮物 清まし汁 (麩・わかめ)
	1004kcal 塩4.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	775kcal 塩3.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	841kcal 塩5.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	610kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	932kcal 塩3.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	749kcal 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 — 19:00>							
日替わりセット	肉団子と白菜の クリーム煮 海藻サラダ コンソメスープ (ほうれん草・コーン)	鶏のマヨ照り焼き スナックえんどうと シーフードの炒め物 中華スープ (もやし・にら)	シーフードMIXフライ チョレギサラダ 味噌汁 (しめじ・わかめ)	牛肉とじゃがいもの 黒胡椒炒め 蓮根のはさみ揚げ 清まし汁 (大根・わかめ)	豚のBBQソースかけ 茄子の南蛮漬け 味噌汁 (白菜・えのき)	ぶりの中華風照焼 筍と鶏肉の治部煮 春雨とハムのスープ	鶏肉のクリームチーズ トマトソース煮 菜の花の辛子マヨ和え コンソメスープ (ごぼう・コーン)
	681kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	740kcal 塩3.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	932kcal 塩3.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	739kcal 塩1.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	663kcal 塩3.5g 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	809kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
丼/麺セット	とろっとオムライス 海藻サラダ コンソメスープ (ほうれん草・コーン)	海鮮あんかけ炒飯 スナックえんどうと シーフードの炒め物 中華スープ (もやし・にら)	ジャージャー麺 チョレギサラダ	特製醤油だれ豚丼 蓮根のはさみ揚げ 清まし汁 (大根・わかめ)	たぬききしめん 茄子の南蛮漬け	天津飯(か入) 筍と鶏肉の治部煮 春雨とハムのスープ	長崎ちゃんぽん 菜の花の辛子マヨ和え
	614kcal 塩3.7g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	712kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	904kcal 塩5.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	894kcal 塩3.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	732kcal 塩6.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	802kcal 塩3.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	899kcal 塩7.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生