

Weekly Menu

	【日】 9. 29	【月】 9. 30	【火】 10. 1	【水】 10. 2	【木】 10. 3	【金】 10. 4	【土】 10. 5
＜朝食 7:10 — 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付	白身魚の照焼き 切干大根の煮物 味噌汁	厚揚げのそぼろあん きゅうりとコーンの ごまあえ 味噌汁	照り焼きつくね 温泉玉子 味噌汁	鯖の塩焼き マロニー中華和え 味噌汁	冷奴 小松菜ナムル 清まし汁	厚焼玉子 納豆 味噌汁	肉じゃが 大根サラダ 清まし汁
	601kcal 塩2.3g	668kcal 塩3.6g	568kcal 塩2.6g	721kcal 塩3.1g	501kcal 塩2.4g	620kcal 塩2.2g	534kcal 塩1.5g
	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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●
洋定食 パン・牛乳付	ミートボール煮 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	野菜コロッケ チョコクリスピー キャベツの加熱スープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	白身魚のレモンオイル グリーンサラダ 和風コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム	レアスクランブルエッグ コーンフレーク コンソメスープ パン チョコレート マーマレード	カレーコロッケ レタスコーンサラダ コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム	ウインナー キャベツとツナのソテー ポテトコンソメスープ ホットドックパン マーマレード りんごジャム	バジルチキン 法蓮草のバター コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート
	524kcal 塩2.8g	661kcal 塩2.3g	381kcal 塩2.3g	592kcal 塩2.5g	563kcal 塩2.2g	490kcal 塩3.1g	600kcal 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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●	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	パン2種類 おにぎり オレンジゼリー 野菜生活	 カレーパスタ ハンバーグ わかめサラダ	かに玉丼 麻婆春雨 中華スープ 	 牛肉ビビンバ丼 チョレギサラダ 味噌汁	豚肉の旨塩炒め マカロニサラダ バナナ わかめスープ ごはん	 メンチカツ わかめサラダ 抹茶ゼリー 味噌汁 ごはん	ソース焼きそば 焼売 レタスコーンサラダ
		703kcal 塩4.5g	771kcal 塩4.0g	750kcal 塩3.0g	732kcal 塩2.4g	841kcal 塩3.3g	588kcal 塩1.7g
	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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●
＜夕食 17:50 — 18:50＞							
日替わり セット	 野菜いっぱい八宝菜 揚げたこ焼き 中華スープ	油淋魚 法蓮草の梅肉和え わかめスープ	豚の角煮 里芋の肉味噌かけ 清まし汁	 点心5種盛り れんこんのおかか煮 かき卵汁	チキングリル おろしポン酢 チップスサラダ 味噌汁	白身魚フライ ピリ辛ソース 白菜と厚揚げの煮浸し 清まし汁	豚肉と野菜の バターボン炒め オムレツのデミソースかけ コンソメスープ
	799kcal 塩3.9g	533kcal 塩4.5g	902kcal 塩3.9g	794kcal 塩3.8g	588kcal 塩2.5g	702kcal 塩4.4g	839kcal 塩3.3g
	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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ● ● ● ● ●
丼/麺 セット	豚骨ラーメン 揚げたこ焼き ごはん	 【群馬】 桐生風ソースかつ丼 法蓮草の梅肉和え わかめスープ	肉汁つけうどん 里芋の肉味噌かけ ごはん	スタミナ焼肉丼 れんこんのおかか煮 かき卵汁	 名古屋台湾まぜそば チップスサラダ ごはん	鶏そぼろ三色丼 白菜と厚揚げの煮浸し 清まし汁	シーフードキャップピラフ オムレツのデミソースかけ コンソメスープ
	822kcal 塩7.8g	914kcal 塩4.2g	748kcal 塩3.2g	665kcal 塩3.1g	903kcal 塩4.1g	648kcal 塩3.5g	708kcal 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 ● ● ● ● ● ● ●	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 ● ● ● ● ● ● ●	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ● ● ● ● ●

Weekly Menu

	【日】 10. 6	【月】 10. 7	【火】 10. 8	【水】 10. 9	【木】 10. 10	【金】 10. 11	【土】 10. 12								
＜朝食 7:10 — 08:00＞															
和朝食 ご飯・牛乳付	鶏肉と白菜の中華炒め ゆで卵 味噌汁		塩だれカレー 風メンチカツ もやしのナムル 味噌汁		もち巾着の煮物 キャベツとハムの 塩昆布和え 味噌汁		白身魚の照焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁		エビ串ダンゴ 豆もやしナムル 味噌汁		鶏肉の旨塩炒め 納豆 味噌汁		豚のポン酢和え キャベツの胡麻和え 味噌汁		
	681kcal 塩3. 6g		641kcal 塩2. 9g		518kcal 塩2. 9g		545kcal 塩2. 4g		582kcal 塩3. 4g		642kcal 塩2. 4g		644kcal 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		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		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		
洋定食 パン・牛乳付	フランクドック みかん缶 和風コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ		ロールケーキのコンソメ煮 チョコクリスピー わかめスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム		ミートボール煮 リンゴヨーグルト 野菜たっぷりスープ パン はちみつ りんごジャム		オムレツのミートソースかけ わかめサラダ オニオンスープ パン チョコレート マーマレード		ウインナーのカレー炒め レタスコーンサラダ キャベツのスープ 全粒粉イングリッシュマフィン ピーナッツクリーム いちごジャム		ハンバーグ フルーツグラノーラ コンソメスープ ロールパン マーマレード りんごジャム		ふわふわエッグ 洋梨缶 カレースープ パン いちごジャム チョコレート		
	613kcal 塩2. 4g		594kcal 塩3. 1g		474kcal 塩2. 7g		619kcal 塩3. 6g		404kcal 塩2. 7g		568kcal 塩2. 2g		554kcal 塩2. 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		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		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 いちごゼリー 白ブドウ&ほうれん草 ジュース		きつねきしめん カレー風味ジャーマンポテト 大根サラダ		野菜いっぱい八宝菜 蒸し餃子 パイ缶 中華スープ ごはん		塩けいちゃん 春雨サラダ ショコラプチケーキ わかめスープ ごはん		まぐろソースかつ丼 大根と鶏団子の煮物 清まし汁		味噌ラーメン 春巻き さつま芋きんとん		ハヤシライス フライドポテト(コンソメ味) ツナサラダ		
	454kcal 塩6. 7g		805kcal 塩3. 2g		680kcal 塩2. 1g		766kcal 塩3. 9g		687kcal 塩8. 5g		1011kcal 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		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		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		
＜夕食 17:50 — 18:50＞															
日替わり セット	鶏肉の唐揚げ 海藻サラダ 清まし汁		赤魚の塩こうじ焼き レモンおろしだれ 温野菜のサラダ 味噌汁		チキングラタン コブサラダ 味噌汁		Big! チキンカツ カレーソース 厚揚げの ごま味噌照り焼き 清まし汁		豚のBBQソースかけ 揚げたこ焼き 味噌汁		鯖のピリ辛煮 豚肉とがんもの煮物 わかめスープ 抹茶クリームパンケーキ		シーフードMIXフライ ブロッコリーの タルタルサラダ 味噌汁		
	667kcal 塩3. 3g		527kcal 塩3. 1g		765kcal 塩3. 0g		1098kcal 塩5. 0g		716kcal 塩2. 7g		848kcal 塩3. 6g		767kcal 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		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		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		
丼/麺 セット	背油煮干しラーメン 海藻サラダ ごはん		牛肉の玉子とじ丼 温野菜のサラダ 味噌汁		担々麺 コブサラダ ごはん		プルコギ丼 厚揚げの ごま味噌照り焼き 清まし汁		かき揚げそば 揚げたこ焼き ごはん		甘辛挽肉丼 豚肉とがんもの煮物 わかめスープ 抹茶クリームパンケーキ		鶏キムチ丼 ブロッコリーの タルタルサラダ 味噌汁		
	799kcal 塩6. 9g		880kcal 塩4. 4g		1019kcal 塩5. 9g		846kcal 塩3. 7g		985kcal 塩6. 7g		980kcal 塩3. 6g		684kcal 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		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		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		

Weekly Menu

	【日】 10.13	【月】 10.14	【火】 10.15	【水】 10.16	【木】 10.17	【金】 10.18	【土】 10.19								
＜朝食 7:10 — 08:00＞															
和朝食 ご飯・牛乳付	湯豆腐のそぼろあん 金平ごぼう 味噌汁		白身魚フライ 五目大豆 味噌汁		大根と鶏団子の煮物 納豆 清まし汁		豚肉の旨塩炒め 小松菜ナムル 味噌汁		手作り出し巻き玉子 納豆 味付け海苔 梅干し 豚汁		鯖の塩焼き マロニー中華和え 味噌汁		うずら玉子フライ 白菜のピリ辛 ラー油和え 味噌汁		
	669kcal 塩3.3g		685kcal 塩3.0g		519kcal 塩2.1g		743kcal 塩3.9g		828kcal 塩2.5g		713kcal 塩3.1g		618kcal 塩2.5g		
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		
洋定食 パン・牛乳付	タンドリーチキン ほうれん草ソテー 野菜たっぷりスープ パン りんごジャム はちみつ		スクランブルエッグ&ウインナー 大根サラダ コンソメスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム		ベーコン りんご缶 コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム		目玉焼き フルーツグラノーラ ポテトコンソメスープ パン チョコレート マーマレード		神嘗祭 		カレーコロッケ コールスローサラダ 和風コンソメスープ ハンバーガーパン マーマレード りんごジャム		じゃが芋のバジル炒め キャベツの胡麻サラダ コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート		
	564kcal 塩2.9g		579kcal 塩2.7g		512kcal 塩2.6g		644kcal 塩1.9g				524kcal 塩1.8g		621kcal 塩2.6g		
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生				アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		
＜昼食 12:50 — 13:35＞															
昼食	焼豚チャーハン 照りマヨミートボール もやしのナムル		 麻婆飯 うどん巾着の煮物 フルーツ杏仁 中華スープ		炊き込みご飯 天ぷら盛り合わせ レモンゼリー 稲庭うどん		チャンポン麺 焼売 カルピスゼリー		肉団子のトマト煮 チップスサラダ バナナ わかめスープ ごはん		テストのご褒美ケーキ ハンバーグピラフ ごぼうサラダ ポテトコンソメスープ モンブラン		塩だれチキン丼 グリーンサラダ 清まし汁		
	814kcal 塩4.0g		775kcal 塩4.9g		975kcal 塩6.3g		602kcal 塩7.9g		697kcal 塩2.0g		906kcal 塩4.9g		635kcal 塩2.2g		
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		
＜夕食 17:50 — 18:50＞								Healthy Menu							
日替わり セット	和風ポークソテー ポテトサラダ 味噌汁		豚肉のグリル サルサソース メンチカツ 味噌汁		カレイの竜田揚げ 高野豆腐のそぼろ煮 わかめスープ		蓮根つくねバーグ ごぼうと さつま揚げの炒め煮 清まし汁		豚肉と筍の中華炒め 北海扇フライ 中華スープ		チキンソテー&フランク ガーリックポテト ミネストローネ		メバルのおろし煮 大学芋 味噌汁		
	691kcal 塩3.3g		820kcal 塩3.3g		582kcal 塩2.6g		651kcal 塩3.8g		721kcal 塩3.5g		700kcal 塩2.9g		761kcal 塩3.2g		
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		
丼/麺 セット	ホリタツパゲッティ ポテトサラダ ごはん		鶏しゃぶのサラダ丼 メンチカツ 味噌汁		新 豚キムチ焼きそば 高野豆腐のそぼろ煮 ごはん		月見味噌そぼろ丼 ごぼうと さつま揚げの炒め煮 清まし汁		鶏塩うどん 北海扇フライ ごはん		タコライス ガーリックポテト ミネストローネ		ビビンバピラフ 大学芋 味噌汁		
	985kcal 塩3.2g		903kcal 塩3.4g		1012kcal 塩3.4g		865kcal 塩4.8g		838kcal 塩6.0g		877kcal 塩3.7g		874kcal 塩5.3g		
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 薄花生		

Weekly Menu

	【日】 10. 20	【月】 10. 21	【火】 10. 22	【水】 10. 23	【木】 10. 24	【金】 10. 25	【土】 10. 26
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	豚肉の味噌炒め 春雨サラダ 清まし汁						
	679kcal 塩2.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	707kcal 塩3.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	625kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	585kcal 塩3.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	489kcal 塩2.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	655kcal 塩2.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	582kcal 塩2.1g 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	ウインナー フルーツポンチ わかめスープ パン りんごジャム はちみつ						
	568kcal 塩2.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	598kcal 塩2.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	451kcal 塩2.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	626kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	593kcal 塩2.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	480kcal 塩1.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	604kcal 塩2.2g 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	6年1組 リクエストメニュー						
	パン2種類 おにぎり オレンジゼリー 野菜生活	ピザ フライドポテト コールスローサラダ パンプキンポタージュ	ビーフシチュー ミニコロケ ブロッコリーの タルタルサラダ ごはん	塩ラーメン 焼売 プリンパフェ	かに玉 春雨の中華和え フルーツ杏仁 中華スープ ごはん	番長メニュー 鶏肉の唐揚げ わかめサラダ パイン缶 味噌汁 ごはん	旨辛スタミナ焼きそば 揚げ餃子 レタスコーンサラダ
<夕食 17:50 — 18:50>	6年1組 リクエストメニュー						
	鶏ムネ肉のがりバタ炒め 茄子とひき肉の ピリ辛炒め 味噌汁	肉豆腐すき焼き風 もやしとザーサイの 中華和え 味噌汁	タラのバジルマヨ焼き 味噌汁 豚肉とがんもの煮物	ささみチーズカツ ビーフカレー炒め 中華スープ	大根と牛すじの煮物 サイコロサラダ かき卵汁	かぼちゃとウインナーの グラタン シーザーサラダ コンソメスープ バナナ	豚肉のオニオンソース炒め じゃが芋のバジル炒め 味噌汁
日替わり セット	640kcal 塩4.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	761kcal 塩3.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	743kcal 塩3.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	716kcal 塩3.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	700kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	720kcal 塩2.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	806kcal 塩4.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
丼/麺 セット	たっぷり野菜炒めの 醤油ラーメン 茄子とひき肉の ピリ辛炒め ごはん						
	906kcal 塩8.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	748kcal 塩4.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	798kcal 塩5.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	787kcal 塩5.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	935kcal 塩8.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	647kcal 塩3.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	827kcal 塩3.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生

Weekly Menu

	【日】 10.27	【月】 10.28	【火】 10.29	【水】 10.30	【木】 10.31	【金】 11.1	【土】 11.2
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	厚揚げの肉味噌かけ ゆで卵 清まし汁	目玉焼き風オムレツ 五目大豆 味噌汁	ししゃも 納豆 味噌汁	アジ大葉フライ ほうれん草と かまのナمل 味噌汁	かに焼売 切干大根の煮物 清まし汁		
	691kcal 塩2.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	616kcal 塩3.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	502kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	611kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	497kcal 塩2.0g 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
洋定食 パン・牛乳付	カニクリームコロッケ トマトサラダ カレースープ パン りんごジャム はちみつ	ウインナーソテー コーンフレーク 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	白身魚のクリームニル コールスローサラダ オニオンスープ パン はちみつ りんごジャム	スクランブルエッグ&ウインナー 玄米フレーク コンソメスープ パン チョコレート マーマレード	ツナマカロニソテー 大根サラダ 和風コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム		
	632kcal 塩2.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	616kcal 塩3.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	377kcal 塩1.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	651kcal 塩3.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	511kcal 塩2.1g 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
<昼食 12:50 — 13:35>							
昼食	パン2種類 おにぎり いちごゼリー アップル&キャロットジュース	トリュフ香る 秋の炊き込みご飯 白身魚フライ ピーチゼリー 清まし汁	すき焼き 温泉玉子 大学芋 味噌汁 ごはん	麻婆豆腐 甘酢ダレチキン もやしのごまドレ和え わかめスープ ごはん	味噌豚丼 マロニー中華和え パンキンパフ 清まし汁	Happy Halloween!	
		760kcal 塩5.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	930kcal 塩2.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	761kcal 塩5.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	847kcal 塩3.4g 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
<夕食 17:50 — 18:50>							
日替わり セット	煮込みハンバーグ キーマカレー春巻 味噌汁	豚肉とじゃがいもの 黒胡椒炒め 豆腐の梅しそ和え 味噌汁	北海道かぼちゃとチーズ ソースの包み揚げ &ミニグラタン 大根と鶏団子の煮物 トマトスープ	鯖のピリ辛煮 ツナじゃが煮 味噌汁	鶏ささみ天 海老ニラ蒸しまん 清まし汁 ハロウィン練切	ハロウィンはヨーロッパの民族、ケルト人の収穫祭が起源とされています。秋の収穫を祝い、魔物を追い出すという意味を持つお祭りです🎃 ケルト人の収穫祭では、「かぶ」を使っていたそうですが、キリスト教に取り入れられアメリカに伝わった際アメリカでは「かぶ」に馴染みがなく珍しいものでした。そのため、収穫祭の時期にアメリカで収穫される「かぼちゃ」を使い代用したことから”ハロウィン=かぼちゃ”とイメージが定着したと言われています。 夕食のデザートのかぼちゃのランタンは「ジャック・オー・ランタン」と呼ばれています🎃	
	889kcal 塩3.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	679kcal 塩2.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	754kcal 塩3.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	745kcal 塩3.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	789kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		
丼/麺 セット	豚キムチラーメン キーマカレー春巻 ごはん	鶏そぼろ三色丼 豆腐の梅しそ和え 味噌汁	餅入りうどん 大根と鶏団子の煮物 ごはん	とろっとオムライス ツナじゃが煮 味噌汁	たぬきそば 海老ニラ蒸しまん ごはん ハロウィン練切		
	1088kcal 塩8.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	624kcal 塩3.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	780kcal 塩5.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	808kcal 塩3.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	955kcal 塩6.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生		