Weekly Menu

肉の日 29日

	【日】 7.27	【月】 7.28	【火】 7.29	【水】 7.30	【木】 7.31	【金】 8.1	【土】 8.2
＜朝食　7:10 — 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付			肉団子の甘酢あん 納豆 味噌汁	すき焼き風煮 小松菜のポン酢和え 味噌汁			鶏の照煮 ほうれん草のごま和え 味噌汁
	アレルギー	アレルギー	555kcal　塩2.4g アレルギー　小麦●　卵●	654kcal　塩3.1g アレルギー　小麦●　乳●	アレルギー	アレルギー	608kcal　塩2.7g アレルギー　小麦●　乳●
洋定食 パン・牛乳付	ﾚｱｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ グリーンサラダ 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			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	メンチカツ イチゴヨーグルト カレースープ パン マーマレード りんごジャム	
	500kcal　塩2.0g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	616kcal　塩3.6g アレルギー　小麦●　乳●　落花生●	アレルギー	アレルギー	510kcal　塩2.1g アレルギー　小麦●　乳●　落花生●	638kcal　塩2.2g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	アレルギー
＜昼食　12:50 — 13:35＞							
昼食	鶏冷しゃぶ 中華冷やっこ メロンゼリー 味噌汁 ごはん	五目あんかけ焼きそば うずら玉子フライ オレンジ	ｼｬﾘｱﾋﾟﾝﾎﾟｰｸｽﾃｰｷ丼 グリーンサラダ パイン缶 わかめスープ	ミートスパゲティ ミニコロッケ レタスコーンサラダ	豚肉の味噌炒め マロニー中華和え レモンゼリー 清まし汁 ごはん	冷し中華 焼き餃子 白菜のゆかり和え	豚肉生姜焼きのせ炒飯 コールスローサラダ パイン缶 わかめスープ
	681kcal　塩2.5g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	695kcal　塩3.3g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	707kcal　塩2.6g アレルギー　小麦●	657kcal　塩3.1g アレルギー　小麦●　乳●	821kcal　塩3.4g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	538kcal　塩4.1g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	864kcal　塩3.8g アレルギー　小麦●　卵●
＜夕食　17:50 — 18:50＞							
日替わり セット	煮込みハンバーグ ポテトサラダ ｺｰﾝｸﾘｰﾑﾎﾟﾀｰｼﾞｭ	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	白身魚フライ 厚揚げの肉味噌かけ トマトスープ		鶏ささみ天 焼売 清まし汁	メバルのおろしあん 厚揚げのサラダ 味噌汁	
	738kcal　塩3.5g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	679kcal　塩2.8g アレルギー　小麦●	671kcal　塩2.5g アレルギー　小麦●　卵●　乳●	アレルギー	638kcal　塩2.2g アレルギー　小麦●　乳●	609kcal　塩3.2g アレルギー　小麦●	アレルギー
丼/麺 セット				ネギ塩豚丼 ツナじゃが煮 味噌汁			ガーリックチキン丼 マカロニサラダ 味噌汁
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	809kcal　塩3.4g アレルギー　小麦●	アレルギー	アレルギー	760kcal　塩4.4g アレルギー　小麦●　卵●

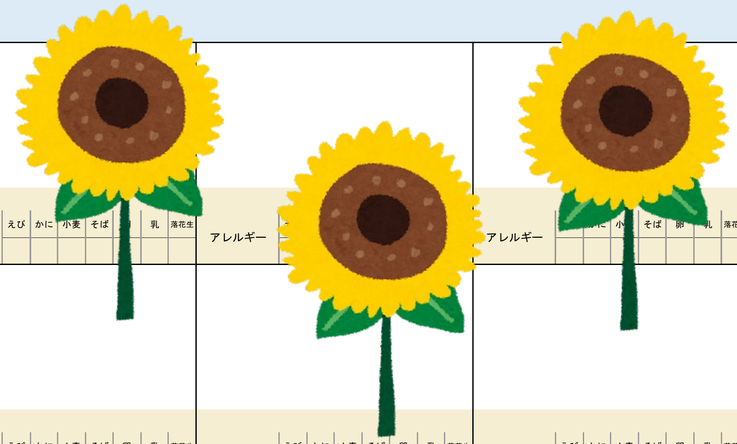
Weekly Menu

	【日】 8.3	【月】 8.4	【火】 8.5	【水】 8.6	【木】 8.7	【金】 8.8	【土】 8.9
＜朝食　7:10 — 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付	赤魚の煮付け 温泉玉子 清まし汁		鶏肉の柳川煮 納豆 味噌汁	豚肉の味噌炒め ゆで卵 清まし汁		赤魚の煮付け 納豆 味噌汁	厚焼玉子 白菜の塩昆布和え 味噌汁
	615kcal　塩2.3g		537kcal　塩2.3g	671kcal　塩1.8g		612kcal　塩2.8g	533kcal　塩2.1g
	アレルギー：小麦・卵・乳		アレルギー：小麦・卵・乳	アレルギー：小麦・乳・落花生		アレルギー：小麦・乳	アレルギー：小麦・卵・乳
洋定食 パン・牛乳付		じゃが芋のバジル炒め バナナ 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 みかん缶 コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム		
		658kcal　塩2.3g			540kcal　塩2.4g		
		アレルギー：小麦・乳・落花生			アレルギー：小麦・卵・乳・落花生		
＜昼食　12:50 — 13:35＞							
昼食	冷やしきつねうどん 竹輪の磯辺揚げ チョレギサラダ	中華飯 キャベツの おかかマヨ和え 抹茶ゼリー わかめスープ	つけ麺 ミニ麻婆豆腐 レタスコーンサラダ	キーマカレーライス 野菜コロッケ 大根サラダ	ビビンバ丼 蒸し餃子 杏仁豆腐 中華スープ	ミートスパゲティ 大豆とツナの たんぱくサラダ スイカ	豚丼 焼売 ほうれん草と ｶﾆｶﾏのﾅﾑﾙ 味噌汁
	445kcal　塩4.9g	799kcal　塩2.3g	675kcal　塩5.9g	737kcal　塩2.1g	758kcal　塩2.3g	689kcal　塩3.2g	818kcal　塩5.1g
	アレルギー：小麦・卵	アレルギー：えび・小麦・卵・乳	アレルギー：小麦・卵・乳	アレルギー：小麦・乳	アレルギー：小麦・乳	アレルギー：小麦・卵・乳	アレルギー：かに・小麦・卵・乳
＜夕食　17:50 — 18:50＞							
日替わり セット	豚肉のキムチ炒め 肉じゃが 味噌汁		鯖の塩焼き ごぼうサラダ 味噌汁	鶏肉の唐揚げ 竹輪サラダ 味噌汁		目玉焼きハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁	
	801kcal　塩3.7g		767kcal　塩4.3g	731kcal　塩3.9g		697kcal　塩4.0g	
	アレルギー：小麦		アレルギー：小麦・卵	アレルギー：小麦・卵		アレルギー：小麦・卵・乳	
丼/麺 セット		ハヤシライス チーズオムレツ コールスローサラダ			旨辛スタミナ焼きそば 豆腐チャンプルー ごはん		鶏そぼろ三色丼 大根と牛すじの煮物 味噌汁
		893kcal　塩2.6g			1078kcal　塩1.5g		653kcal　塩3.5g
		アレルギー：小麦・卵・乳			アレルギー：小麦・卵		アレルギー：小麦・卵

Weekly Menu

	【日】 8.10	【月】 8.11	【火】 8.12	【水】 8.13	【木】 8.14	【金】 8.15	【土】 8.16
＜朝食　7:10 ― 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付	豚肉の味噌炒め キャベツの おかかマヨ和え 清まし汁 680kcal　塩2.0g アレルギー：小麦●　卵●　乳●	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アジ大葉フライ 白菜ごま和え 味噌汁 573kcal　塩2.1g アレルギー：小麦●　乳●
洋定食 パン・牛乳付		アレルギー					アレルギー
＜昼食　12:50 ― 13:35＞							
昼食	カレーうどん 照り焼きチキン もやしのポン酢和え 677kcal　塩6.1g アレルギー：小麦●　乳●	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	スタミナ焼肉丼 里芋ベーコン炒め コールスローサラダ 789kcal　塩2.1g アレルギー：小麦●　卵●　乳●
＜夕食　17:50 ― 18:50＞							
日替わり セット	鶏とキャベツの塩炒め ごぼうとﾍﾞｰｺﾝの金平 味噌汁 815kcal　塩4.3g アレルギー：小麦●　卵●　乳●	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	ビーフシチュー トマトサラダ フルーチェ 925kcal　塩5.2g アレルギー：小麦●　乳●
丼/麺 セット		アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー

8/11(月)～8/15(金)
食堂はお休みです



Weekly Menu

	【日】 8.17	【月】 8.18	【火】 8.19	【水】 8.20	【木】 8.21	【金】 8.22	【土】 8.23
＜朝食　7:10 ― 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付	鶏の味噌炒め 温泉玉子 清まし汁		すき焼き風煮 納豆 味噌汁			豚肉と大根の煮込み 納豆 味噌汁	
	697kcal　塩2.4g		591kcal　塩2.5g			713kcal　塩2.5g	
	アレルギー：小麦●、卵●、乳●	アレルギー：小麦●、乳●	アレルギー：小麦●、乳●	アレルギー：なし	アレルギー：なし	アレルギー：小麦●、乳●	アレルギー：なし
洋定食 パン・牛乳付		ミートボール煮 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		ﾚｱｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 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 ｷｬﾍﾞｯとツナのソテー コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム		目玉焼き 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
	アレルギー：なし	651kcal　塩3.3g アレルギー：小麦●、乳●、落花生●	アレルギー：なし	581kcal　塩2.2g アレルギー：そば●、卵●、乳●	545kcal　塩3.8g アレルギー：小麦●、乳●、落花生●	アレルギー：なし	527kcal　塩1.7g アレルギー：小麦●、卵●、乳●
＜昼食　12:50 ― 13:35＞							
昼食	牛ひき肉の ｶﾞｰﾘｯｸﾁｬｰﾊﾝ グリーンサラダ みかん缶 味噌汁	焼肉冷やしきしめん 焼売 大根サラダ	チキンカレー カニクリームコロッケ 花野菜のサラダ	ジャージャー麺 鶏肉の唐揚げ サツマイモサラダ	チキンライス ミニコロッケ コールスローサラダ コンソメスープ	味噌カツ 里芋のそぼろあんかけ レモンゼリー 清まし汁 ごはん	塩だれチキン丼 ポテトサラダ フルーツポンチ 中華スープ
	750kcal　塩3.6g アレルギー：小麦●	636kcal　塩8.4g アレルギー：小麦●、乳●	920kcal　塩4.2g アレルギー：えび●、かに●、小麦●、卵●、乳●	806kcal　塩5.0g アレルギー：小麦●、卵●	714kcal　塩2.5g アレルギー：小麦●、乳●	874kcal　塩4.2g アレルギー：小麦●、卵●、乳●	723kcal　塩2.2g アレルギー：小麦●、卵●
＜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 大根の肉味噌かけ 味噌汁			ホッケの照り焼き 鶏肉と厚揚げの ピリ辛煮 わかめスープ	豚肉の葱味噌焼き ガーリックポテト かき卵汁	牛肉のチャプチェ ツナサラダ 味噌汁	メンチカツ そぼろ金平 味噌汁
	698kcal　塩4.7g アレルギー：小麦●、卵●			648kcal　塩6.2g アレルギー：小麦●	705kcal　塩3.0g アレルギー：小麦●、卵●、乳●	715kcal　塩3.6g アレルギー：小麦●	809kcal　塩3.6g アレルギー：小麦●、卵●、乳●
丼/麺 セット		のり弁丼 豆腐のサラダ 味噌汁	ソース焼きそば 茄子とウィンナーの ハーブ炒め ごはん				
	アレルギー：なし	893kcal　塩4.3g アレルギー：小麦●、卵●	962kcal　塩2.1g アレルギー：小麦●、乳●	アレルギー：なし	アレルギー：なし	アレルギー：なし	アレルギー：なし

Weekly Menu

	【日】 8.24	【月】 8.25	【火】 8.26	【水】 8.27	【木】 8.28	【金】 8.29	【土】 8.30
＜朝食　7:10 ― 08:00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付		白身魚の照焼き ほうれんそうの和え物 味噌汁	うずら玉子フライ マロニー中華和え 味噌汁	目玉焼き風オムレツ 小松菜ナムル 味噌汁	焼売 白菜のピリ辛 ラー油和え 味噌汁	肉団子の甘酢あん 納豆 味噌汁	鯖の塩焼き 白菜の塩昆布和え 味噌汁
		554kcal　塩2.7g	552kcal　塩2.0g	549kcal　塩2.4g	532kcal　塩2.8g	642kcal　塩2.9g	650kcal　塩2.1g
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
		小麦●　乳●	小麦●　卵●　乳●	そば●　卵●　乳●	そば●　卵●　乳●	小麦●　乳●	小麦●　乳●
洋定食 パン・牛乳付	ハムポテトフライ りんご缶 コンソメスープ パン りんごジャム はちみつ		ｵﾑﾚﾂのデミソースかけ もやしのごまﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム	エビグラタン 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	ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂのｺﾝｿﾒ煮 パイン缶 わかめスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム	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 マーマレード りんごジャム	フランクドック 洋梨缶 和風コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート
	602kcal　塩2.3g		449kcal　塩3.3g	504kcal　塩2.1g	497kcal　塩2.7g	547kcal　塩2.8g	642kcal　塩2.2g
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	小麦●　卵●　乳●		小麦●　卵●　乳●	えび●　かに●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●　落花生●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●
＜昼食　12:50 ― 13:35＞							
昼食	ハヤシライス エッグサラダ コーヒーゼリー	塩焼きそば 鶏肉の唐揚げ チーズサラダ	始業式 【群馬名物】 下仁田かつ丼 蒸し鶏の中華風サラダ ミルクプリン 味噌汁	鯖の塩焼き 和風スパソテー ぶどう缶 味噌汁 ごはん	ハンバーグ ステーキソース コーンサラダ オレンジゼリー 味噌汁 ごはん	肉の日 29日 野菜と牛肉の炒め物 コールスローサラダ みかん缶 わかめスープ ごはん	きつねうどん 照りマヨミートボール チョレギサラダ
	886kcal　塩2.3g	793kcal　塩3.2g	1143kcal　塩5.3g	797kcal　塩5.8g	667kcal　塩3.8g	668kcal　塩2.1g	550kcal　塩8.5g
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●
＜夕食　17:50 ― 18:50＞							
日替わり セット			New 白身魚のピザ風 里芋の煮ころがし 味噌汁	ヘルシー 鶏肉の塩麹焼き 中華冷やっこ 味噌汁	ポークチャップ 高野豆腐のそぼろ煮 かき卵汁	New アジの胡麻マヨ焼き 花野菜のサラダ 味噌汁	天ぷら盛り合わせ 大根のそぼろあん 清まし汁
			547kcal　塩3.4g	731kcal　塩3.9g	732kcal　塩3.8g	615kcal　塩4.0g	660kcal　塩3.5g
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
			小麦●　乳●	小麦●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	えび●　小麦●
丼/麺 セット	肉きしめん 五目大豆 ごはん	麻婆飯 鶏肉と大根の煮物 わかめスープ	ざる天そば 里芋の煮ころがし ごはん	豚キムチ丼 中華冷やっこ 味噌汁	餅入りうどん 高野豆腐のそぼろ煮 ごはん	今月のフェアメニュー ガツンとラー油の 油淋鶏カツ丼 花野菜のサラダ 味噌汁	ﾈｷﾞﾁｷﾝの照り焼き丼 大根のそぼろあん 清まし汁
	916kcal　塩7.8g	751kcal　塩4.8g	845kcal　塩5.8g	825kcal　塩3.2g	745kcal　塩5.1g	880kcal　塩3.4g	779kcal　塩2.7g
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	小麦●	小麦●	えび●　小麦●　そば●　卵●　乳●	えび●　小麦●	小麦●　卵●　乳●	小麦●　卵●　乳●	小麦●

Weekly Menu

	【日】 8.31	【月】 9.1	【火】 9.2	【水】 9.3	【木】 9.4	【金】 9.5	【土】 9.6
＜朝食　7: 10 ― 08: 00＞							
和朝食 ご飯・ 牛乳付	照り焼きチキン ゆで卵 味噌汁 765kcal　塩4.1g						
洋定食 パン・ 牛乳付	ツナマカロニソテー 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 538kcal　塩2.2g						
＜昼食　12: 50 ― 13: 35＞							
昼食	パン2種類 おにぎり グレープゼリー 白ﾌﾞﾄﾞｳ&ほうれん草 ｼﾞｭｰｽ						
＜夕食　17: 50 ― 18: 50＞							
日替わり セット	チキンカツ 里芋の煮ころがし 味噌汁 806kcal　塩3.9g						
丼/麺 セット	豚キムチ焼きそば 里芋の煮ころがし ごはん 1085kcal　塩3.9g						

アレルギー	えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生
和朝食			●		●	●	
洋定食			●		●	●	
日替わり	△	△	●	△	●	△	△
丼/麺	●		●		●		