

Weekly Menu

		【日】 1. 4										【月】 1. 5										【火】 1. 6										【水】 1. 7										【木】 1. 8										【金】 1. 9										【土】 1. 10																						
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞																																																																																				
和朝食 ご飯・牛乳付																																肉じゃが 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 白菜とハムのナムル 味噌汁										鶏肉の旨塩炒め 納豆 味噌汁										赤魚の煮付け キャベツの胡麻和え 味噌汁												
												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				
洋定食 パン・牛乳付																																										チーズオムレツ 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 パン 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 米粉ロール 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												
												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				
＜昼食 12: 50 — 13: 35＞																																																																																				
昼食																																麻婆飯 蒸し餃子 ツナマヨサラダ 中華スープ										鶏唐揚げ甘酢あんからめ 大根サラダ さつま芋きんとん 味噌汁 ごはん										エビカツ マロニー中華和え フルーツ寒天 わかめスープ ごはん										きつねうどん 豚肉と野菜炒め ベーコンチップサラダ										ハヤシライス フライドポテト(コンソメ味) グリーンサラダ												
												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				
＜夕食 17: 50 — 18: 50＞																																																																																				
日替わり セット																																										チキンの外外ソース焼き 厚揚げのごま味噌焼き 味噌汁										鯖のピリ辛煮 豚肉とがんもの煮物 味噌汁										豚のBBQソースかけ 里芋のそぼろあんかけ 味噌汁										チンジャオロース ブロッコリーの外外サラダ 味噌汁												
												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				
丼/麺 セット																																ミートスパゲティ 花野菜のサラダ ごはん										プルコギ丼 厚揚げのごま味噌焼き 味噌汁										かき揚げそば 豚肉とがんもの煮物 ごはん										甘辛挽肉丼 里芋のそぼろあんかけ 味噌汁										鶏キムチ丼 ブロッコリーの外外サラダ 味噌汁												
												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				

Weekly Menu

	【日】 1. 11	【月】 1. 12	【火】 1. 13	【水】 1. 14	【木】 1. 15	【金】 1. 16	【土】 1. 17								
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞															
和朝食 ご飯・牛乳付	豆腐の肉味噌のせ 金平ごぼう 清まし汁		照り焼き豆腐ハンバーグ 白菜の塩昆布和え 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		鶏の照煮 ひじき煮 味噌汁		照り焼き豆腐ハンバーグ ほうれん草のごま和え 味噌汁		もち巾着の煮物 チンゲン菜のポン酢和え 味噌汁		
	640kcal 塩2. 2g		590kcal 塩3. 0g		519kcal 塩2. 1g		743kcal 塩3. 9g		607kcal 塩2. 8g		617kcal 塩3. 2g		565kcal 塩2. 6g		
	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	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&ウィンナー 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		コーンコロケ 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		マカロニトマトソース みかん缶 わかめスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム		かぼちゃコロケ コールスローサラダ トマトスープ 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 春雨サラダ 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		578kcal 塩2. 7g		487kcal 塩2. 2g		644kcal 塩1. 9g		545kcal 塩2. 6g		572kcal 塩1. 9g		654kcal 塩2. 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		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＞								受験生応援メニュー 点(天)を取り(鶏)に行く!!							
昼食	パン2種類 おにぎり オレンジゼリー 赤ブドウ&トマト		豚肉生姜焼きのせ炒飯 エビ焼売 ブロックの胡麻サラダ 中華スープ		鶏塩うどん 里芋の味噌かけ トマトサラダ		親子ハンバーグ コールスローサラダ メロンムース 味噌汁 ごはん		野菜カレー 豚かつ(2個) レタスコーンサラダ		鶏天丼 大根のそぼろあん ミモザサラダ 味噌汁		味噌豚丼 ミニコロケ グリーンサラダ 清まし汁		
	717kcal 塩0. 5g		1011kcal 塩5. 1g		517kcal 塩6. 0g		791kcal 塩5. 6g		940kcal 塩3. 8g		874kcal 塩4. 1g		871kcal 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		
＜夕食 17: 50 — 18: 50＞															
日替わり セット	手付けとんかつ チーズ入り大豆サラダ 味噌汁		豚肉のガーリックソース オクラとツナの和え物 味噌汁		ホッケの照り焼き 高野豆腐のそぼろ煮 わかめスープ		チキングラタン 照りマヨミートボール 味噌汁		麻婆豆腐 北海扇フライ 中華スープ		豚肉のパン粉焼き デミソース ガーリックポテト マカロニスープ		メバルのおろし煮 大学芋 味噌汁		
	968kcal 塩2. 6g		604kcal 塩2. 9g		596kcal 塩6. 1g		878kcal 塩3. 6g		794kcal 塩4. 5g		817kcal 塩2. 7g		761kcal 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		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	旨辛スタミナ焼きそば チーズ入り大豆サラダ ごはん		鶏しゃぶのサラダ丼 オクラとツナの和え物 味噌汁		醤油ラーメン 高野豆腐のそぼろ煮 ごはん		ビービンパピラフ 照りマヨミートボール 味噌汁		味噌煮込みうどん 北海扇フライ ごはん		タコライス ガーリックポテト マカロニスープ		ガーリックチキン丼 大学芋 味噌汁		
	1083kcal 塩1. 2g		686kcal 塩3. 0g		758kcal 塩9. 2g		903kcal 塩5. 6g		862kcal 塩5. 0g		815kcal 塩2. 6g		858kcal 塩3. 6g		
	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】 1. 18	【月】 1. 19	【火】 1. 20	【水】 1. 21	【木】 1. 22	【金】 1. 23	【土】 1. 24																								
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞																															
和朝食 ご飯・牛乳付	照り焼きオムレツ 春雨サラダ 味噌汁		鯖の塩焼き キャベツと海老のソテー 味噌汁		厚揚げの肉味噌かけ 温泉玉子 味噌汁		ししゃも 金平ごぼう 清まし汁		豚肉の旨塩炒め チゲン菜のポン酢和え 味噌汁		照り焼きつくね 納豆 味噌汁		かに焼売 キャベツのおかかマヨ和え 味噌汁																		
	619kcal 塩2.7g		694kcal 塩3.1g		625kcal 塩2.6g		556kcal 塩3.2g		541kcal 塩2.5g		655kcal 塩2.1g		593kcal 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
洋定食 パン・牛乳付	フランクドック コールスローサラダ カレースープ パン りんごジャム はちみつ		ミートボール煮 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		ハムステーキ レタスコーンサラダ 和風コンソメスープ パン はちみつ りんごジャム		ふわふわエッグ みかん缶 オニオンスープ パン チョコレート マーマレード		タンドリーチキン コールスローサラダ コンソメスープ パン ピーナッツクリーム いちごジャム		目玉焼き&ウィンナー 玄米フレーク 和風コンソメスープ ロールパン マーマレード りんごジャム		ロールキャベツのコンソメ煮 パイン缶 わかめスープ パン いちごジャム チョコレート																		
	613kcal 塩2.2g		622kcal 塩2.8g		374kcal 塩2.5g		577kcal 塩2.7g		532kcal 塩2.4g		614kcal 塩2.5g		533kcal 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
＜昼食 12: 50 — 13: 35＞								今日の フェア メニュー																							
昼食	パン2種類 おにぎり りんごゼリー 野菜生活		八丁味噌仕立ての コクうま味噌きしめん 青のり塩ポテト 大豆とツナの たんぱくサラダ		整腸 牛丼 サツマイモサラダ ピーチゼリー 味噌汁		豚肉のチャプチェ 小松菜ナムル いちご豆乳ヨーグルト 味噌汁 ごはん 		クリームシチュー 牛肉入りコロッケ エッグサラダ ごはん		 鶏ごぼううどん 竹輪の磯辺揚げ もやしゆかり和え		キーマカレーライス ミートオムレツ コールスローサラダ 																		
	812kcal 塩7.5g		910kcal 塩3.2g		825kcal 塩3.9g		837kcal 塩3.2g		486kcal 塩6.0g		621kcal 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	アレルギー	えび	かに	小麦	そば	卵	乳
＜夕食 17: 50 — 18: 50＞								Healthy Menu																							
日替わり セット	とろ〜り月見 メンチカツ 焼売 味噌汁		肉豆腐すき焼き風 もやしとささみの ポン酢和え 味噌汁		 チキンソテーステーキ 豚肉とがんもの煮物 味噌汁		ささみチーズカツ 肉じゃが 味噌汁		赤魚の塩こうじ焼き レモンおろしだれ チョレギサラダ 味噌汁		豚肉の生姜炒め さつま芋と ベーコンの金平 清まし汁		酢鶏 チーズ入り大豆サラダ 中華スープ																		
	677kcal 塩3.3g		761kcal 塩3.5g		833kcal 塩5.2g		751kcal 塩3.6g		526kcal 塩4.3g		824kcal 塩3.1g		843kcal 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
丼/麺 セット	たっぷり野菜炒めの 醤油ラーメン 焼売 ごはん		焼豚チャーハン もやしとささみの ポン酢和え 味噌汁		 焼きうどん 〜目玉焼き付き〜 豚肉とがんもの煮物 ごはん		肉みそ丼 肉じゃが 味噌汁		醤油ラーメン チョレギサラダ ごはん		かに玉丼 さつま芋と ベーコンの金平 清まし汁 		大きなつくね丼 チーズ入り大豆サラダ 中華スープ																		
	901kcal 塩7.8g		680kcal 塩4.3g		929kcal 塩3.3g		889kcal 塩3.7g		723kcal 塩6.8g		807kcal 塩4.8g		824kcal 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

Weekly Menu

	【日】 1. 25	【月】 1. 26	【火】 1. 27	【水】 1. 28	【木】 1. 29	【金】 1. 30	【土】 1. 31							
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞														
和朝食 ご飯・牛乳付	アジ大葉フライ 白菜とツナの炒め物 味噌汁		もち巾着の煮物 ほうれん草おかか和え 味噌汁		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		鶏の塩だれ焼き キャベツと仏のマヨ和え 味噌汁		赤魚の照り焼き なめこおろし 味噌汁		鶏肉の生姜焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁	
	647kcal 塩3.1g		587kcal 塩3.2g		555kcal 塩2.4g		654kcal 塩3.1g		589kcal 塩2.1g		546kcal 塩2.2g		608kcal 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	
洋定食 パン・牛乳付	レアスクランブルエッグ 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		ウインナーソーテ 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		かにクリームフライ 春雨サラダ コンソメスープ 米粉ロール はちみつ りんごジャム		目玉焼き風オムレツ みかん缶 コンソメスープ パン チョコレート マーマレード		ツナマカロニソーテ 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 ハンバーガーパン マーマレード りんごジャム		ウインナー キャベツとツナのソーテ コンソメスープ パン いちごジャム チョコレート	
	500kcal 塩2.0g		616kcal 塩3.6g		514kcal 塩2.0g		527kcal 塩2.3g		510kcal 塩2.1g		605kcal 塩1.8g		587kcal 塩3.6g	
	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		 五目あんかけ焼きそば 揚げ餃子 オレンジ		 麻婆飯 春巻き マロニー中華和え 清まし汁		 たぬききしめん 白身魚(シイ)磯部揚げ もやしのナムル		ローズかつ ポテトサラダ メロンムース 味噌汁 ごはん		グラタン ミートボール煮 コールスローサラダ トマトスープ ごはん		 豚丼 ミニコロッケ グリーンサラダ 味噌汁	
	821kcal 塩3.5g		899kcal 塩5.7g		531kcal 塩6.6g		951kcal 塩2.7g		798kcal 塩3.0g		779kcal 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		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	煮込みハンバーグ ポテトサラダ コーンクリームポタージュ		豚肉とじゃがいもの 黒胡椒炒め レタスコーンサラダ 味噌汁		水晶鶏 厚揚げの肉味噌かけ トマトスープ		牛肉と野菜の ピリ辛炒め ツナじゃが煮 味噌汁		鶏ささみ天 豚肉と大根の煮込み 清まし汁		豚肉のソーセージ ビーフンソーテ 味噌汁		 鯖の塩焼き マカロニサラダ 味噌汁	
	738kcal 塩3.5g		647kcal 塩2.0g		692kcal 塩3.7g		784kcal 塩3.4g		694kcal 塩3.1g		660kcal 塩3.8g		734kcal 塩4.3g	
	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	つけ麺 ポテトサラダ ごはん		ビーフカレー レタスコーンサラダ フルーチェ		温辛味噌タンメン 厚揚げの肉味噌かけ ごはん		ネギ塩豚丼 ツナじゃが煮 味噌汁		肉そば 豚肉と大根の煮込み ごはん		New チキンかつカレー丼 ビーフンソーテ 味噌汁		ガーリックチキン丼 マカロニサラダ 味噌汁	
	876kcal 塩5.5g		840kcal 塩3.7g		1084kcal 塩8.4g		809kcal 塩3.4g		997kcal 塩7.7g		785kcal 塩4.4g		760kcal 塩4.4g	
	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		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	