

MONTHLY MENU



謹賀新年 今年もよろしく お願いします									
【月】 1. 5		【火】 1. 6		【水】 1. 7		【木】 1. 8		【金】 1. 9	
		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	
866kcal 塩4.9g		762kcal 塩3.9g		664kcal 塩2.2g		613kcal 塩8.1g			
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	
【月】 1. 12		【火】 1. 13		【水】 1. 14		【木】 1. 15		【金】 1. 16	
 豚肉生姜焼きのせ炒飯 エビ焼売 ブロッコリーの胡麻サラダ 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 		受験生応援メニュー 点(天)を取り(鶏)に行く!! 鶏天丼 大根のそぼろあん ミモザサラダ 味噌汁 	
1011kcal 塩5.1g		517kcal 塩6.0g		791kcal 塩5.6g		940kcal 塩3.8g		874kcal 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		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	
【月】 1. 19		【火】 1. 20		【水】 1. 21		【木】 1. 22		【金】 1. 23	
 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		 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 	
812kcal 塩7.5g		910kcal 塩3.2g		825kcal 塩3.9g		837kcal 塩3.2g		486kcal 塩6.0g	
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 落花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	
【月】 1. 26		【火】 1. 27		【水】 1. 28		【木】 1. 29		【金】 1. 30	
 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 		 ロースかつ 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	
821kcal 塩3.5g		899kcal 塩5.7g		531kcal 塩6.6g		951kcal 塩2.7g		798kcal 塩3.0g	
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 落花生		アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	