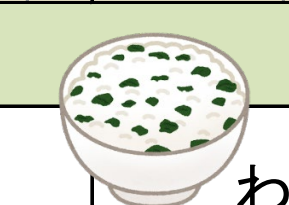


Weekly Menu

	【日】 3.1	【月】 3.2	【火】 3.3	【水】 3.4	【木】 3.5	【金】 3.6	【土】 3.7
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	パン2種類 バナナ 野菜生活	鶏肉の旨塩炒め ほうれん草のごま和え 味噌汁	厚揚げのおろし煮 納豆 味噌汁	白身魚の照焼き 小松菜とベーコン炒め 味噌汁	豆腐の肉味噌のせ キャベツの胡麻和え 清まし汁	もち巾着の煮物 納豆 味噌汁	タラの煮付け イカともやしのソテー 味噌汁
	870kcal 塩0.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	603kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	643kcal 塩3.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	608kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	555kcal 塩2.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	644kcal 塩2.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	560kcal 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		目玉焼き フルーツグラノーラ マカロニスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	タンドリーチキン りんご缶 ポテトコンソメスープ パン メープル&マーガリン チョコレート	かぼちゃコロッケ コーンフレーク カレスープ パン ブルーベリー りんごジャム	ミートオムレツ パイン缶 コンソメスープ 黒糖ロールパン ピーナッツクリーム いちごジャム	黒胡椒チキン コールスローサラダ コンソメスープ ハンバーガーパン あん&マーガリン りんごジャム	目玉焼き ポテトサラダ オニオンスープ 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	661kcal 塩2.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	538kcal 塩2.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	634kcal 塩2.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	457kcal 塩1.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	478kcal 塩2.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	572kcal 塩2.3g 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	□ □ □ □ □ □ 	麻婆飯 焼売 トマトサラダ 中華スープ	 ちらし寿司 竹輪の磯辺揚げ いがまんじゅう 清まし汁	醤油ラーメン 蒸し餃子 チョレギサラダ	 わかめごはん 白身魚の天ぷら グリーンサラダ フルーツポンチ 味噌汁	ハンバーグピラフ 里芋ベーコン炒め ささみのごまドレッシング ストロベリーケーキ	 ハヤシライス ツナサラダ みかん缶
		775kcal 塩4.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	786kcal 塩5.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	515kcal 塩8.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	673kcal 塩4.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	866kcal 塩4.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	844kcal 塩1.9g 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		赤魚の味噌漬け焼き 大豆とツナの たんぱくサラダ 清まし汁	鶏肉の甘辛煮 そぼろ金平 味噌汁	豚肉のマスタード焼き 野菜マカロニサラダ 味噌汁	豚肉のカレー炒め 肉団子の甘酢あん 味噌汁	鶏肉のバジルソテー 肉じゃが 味噌汁	アジフライ(2枚) 南瓜のごま味噌和え 清まし汁
	アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	624kcal 塩3.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	833kcal 塩5.5g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	729kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	740kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	853kcal 塩4.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	711kcal 塩2.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生
丼/麺 セット	鶏そぼろ三色丼 大学芋 味噌汁	牛焼肉サラダ丼 大豆とツナの たんぱくサラダ 清まし汁	味噌煮込みうどん そぼろ金平 ごはん	ロコモコ丼 野菜マカロニサラダ 味噌汁	オリジナルラーメン第一弾！ 麗澤流二郎ラーメン 肉団子の甘酢あん ごはん	甘辛挽肉丼 肉じゃが 味噌汁	スタミナ牛丼 南瓜のごま味噌和え 清まし汁
	759kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	854kcal 塩2.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	858kcal 塩5.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	698kcal 塩3.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	1121kcal 塩10.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	899kcal 塩3.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生	887kcal 塩2.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生

Weekly Menu

	【日】 3. 8	【月】 3. 9	【火】 3.10	【水】 3.11	【木】 3.12	【金】 3.13	【土】 3.14
<朝食 7:10 — 08:00>							
和朝食 ご飯・牛乳付	豚肉と野菜炒め なめこおろし 味噌汁	厚焼玉子 しらたきのきんぴら 味噌汁	ししゃも 納豆 味噌汁	イカドーナッツフライ キャベツの和風ソテー 味噌汁	鶏ごぼう甘辛煮 もやしのポン酢和え 味噌汁	照り焼きオムレツ 納豆 味噌汁	
	619kcal 塩2.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ●	631kcal 塩3.7g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	482kcal 塩2.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	608kcal 塩3.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	511kcal 塩2.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	604kcal 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
洋定食 パン・牛乳付	メンチカツ コーンフレーク ポテトコンソメスープ パン りんごジャム ブルーベリー	ウインナー コールスローサラダ わかめスープ パン いちごジャム ピーナッツクリーム	カレーマカロニソテー ゆで卵 オニオンスープ パン メープル&マーガリン チョコレート	ミートボール煮 フルーツグラノーラ コンソメスープ パン ブルーベリー りんごジャム	目玉焼き風オムレツ りんご缶 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		じゃが芋のバジル炒め 大根サラダ わかめスープ 黒糖ロールパン いちごジャム チョコレート
	637kcal 塩2.6g 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 ● ● ● ●	570kcal 塩2.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	588kcal 塩2.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	451kcal 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	570kcal 塩1.9g 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 白ブドウ&ほうれん草 ジュース	中華飯 揚げ餃子 グリーンサラダ	トトの日 10日 ぶっかけうどん まぐろたたき ごぼうサラダ	鶏ごもり鶏から 明太子ソース もやしのナムル パインムース 味噌汁 ごはん	ローストチキン デミソース レタスコーンサラダ レアチーズケーキ 味噌汁 ごはん 手作り	ソース焼きそば かぼちゃ挽肉フライ 小松菜のごま和え	豚丼 かに焼売 レタスコーンサラダ 清まし汁
		920kcal 塩2.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	532kcal 塩6.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	971kcal 塩4.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	863kcal 塩3.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ● ●	733kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ● ●	771kcal 塩3.8g 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	クリームシチュー グリーンサラダ フルーチェ	鶏肉のチョレギソテー 茄子とひき肉の ピリ辛炒め 味噌汁	ハンバーグ とろ〜りたまごと オランダーズソース 大学芋 味噌汁	豚肉の塩麹焼き 鶏とこんにゃく 甘辛炒め 豚汁	赤魚の揚げ煮 高野豆腐のそぼろ煮 味噌汁		さばの照り焼き ごぼうと牛肉の きんぴら わかめスープ
	917kcal 塩5.2g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ●	661kcal 塩3.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ●	883kcal 塩4.3g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	732kcal 塩3.0g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	639kcal 塩4.9g 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	829kcal 塩3.8g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●
丼/麺 セット	ペペロンチーノ グリーンサラダ ごはん	豚肉生姜焼きのせ炒飯 茄子とひき肉の ピリ辛炒め 味噌汁	肉きしめん 大学芋 ごはん	牛焼肉サラダ丼 鶏とこんにゃく 甘辛炒め 豚汁	五目醤油ラーメン 高野豆腐のそぼろ煮 ごはん	キーマカレーライス ツナマヨサラダ ブルーベリーヨーグルト	
	775kcal 塩3.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	926kcal 塩5.4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	998kcal 塩6.9g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	895kcal 塩2.6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	881kcal 塩9.1g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●	708kcal 塩1.8g 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

[illegible]

Weekly Menu

	【日】 3. 22	【月】 3. 23	【火】 3. 24	【水】 3. 25	【木】 3. 26	【金】 3. 27	【土】 3. 28					
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞												
和朝食 ご飯・牛乳付			赤魚の煮付け 白菜ごま和え 味噌汁				肉じゃが キャベツの塩昆布和え 味噌汁		すき焼き風煮 納豆 清まし汁			
	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 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 キャベツとツナのソテー わかめスープ パン りんごジャム ブルーベリー		じゃが芋のバジル炒め フルーツポンチ オニオンスープ パン メープル&マーガリン チョコレート		目玉焼き フルーツグラノーラ コンソメスープ パン ブルーベリー りんごジャム						ハムステーキ コールスローサラダ トマトスープ 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 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	中華飯 もやしのナムル パイン缶 わかめスープ		人気! 鶏塩うどん レンコンそぼろ炒め コールスローサラダ		肉あんかけ炒飯 キャベツの炒め和え フルーチェ 味噌汁		New がっつり!! チリコンカン レタスコーンサラダ レモンゼリー わかめスープ ごはん		焼肉のせ豆腐ステーキ 大学芋 もやしゆかり和え 清まし汁 ごはん		カレーうどん 肉団子の甘酢あん ツナサラダ	
	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 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			豚肉のピザ風 南瓜とツナのサラダ 味噌汁		鯖のピリ辛煮 里芋の煮ころがし 味噌汁						チキングラタン グリーンサラダ コンソメスープ	
	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	味噌バターコンطرメン ごぼうと牛肉の きんぴら ごはん		タコライス 和風スパソテー 味噌汁				旨辛スタミナ焼きそば 鶏の照煮 ごはん		牛丼 エッグサラダ 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 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】 3. 29	【月】 3. 30	【火】 3. 31	【水】 4. 1	【木】 4. 2	【金】 4. 3	【土】 4. 4
＜朝食 7: 10 — 08: 00＞							
和朝食 ご飯・牛乳付	豚肉の生姜炒め 温泉玉子 味噌汁		鮭の塩焼き 納豆 味噌汁				
	720kcal 塩2. 4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●		487kcal 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
洋定食 パン・牛乳付							
	634kcal 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
＜昼食 12: 50 — 13: 35＞ 肉の日 29日							
昼食	鶏唐揚げ 甘酢あんからめ 法蓮草とかかのナムル みかん缶 味噌汁 ごはん		醤油ラーメン ジャンボシューマイ チップスサラダ		キーマカレーライス チーズオムレツ コーンサラダ		
	724kcal 塩4. 6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●		569kcal 塩7. 4g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ● ● ●		671kcal 塩2. 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
＜夕食 17: 50 — 18: 50＞							
日替わり セット	赤魚の味噌漬け焼き 高野豆腐のそぼろ煮 清まし汁		蒸し鶏のごまだれがけ ポテトサラダ 味噌汁				
	554kcal 塩3. 6g アレルギー えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 ●		759kcal 塩5. 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
丼/麺 セット							
	801kcal 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