

MONTHLY MENU



【月】8. 3	【火】8. 4	【水】8. 5	【木】8. 6	【金】8. 7
つけ麺 白身魚のから揚げ ささみのごまドレサラダ	焼肉のせ豆腐ステーキ レタスコーンサラダ 洋梨缶 わかめスープ ごはん	鶏塩焼きそば 麻婆茄子 わかめサラダ	ビビンバ丼 焼売 コーンサラダ 中華スープ	冷やしジャージャーうどん 肉野菜炒め 大根ツナサラダ
745kcal 蛋40.0g 脂29.6g 炭81.1g 塩5.8g	856kcal 蛋28.6g 脂38.4g 炭105.1g 塩2.7g	683kcal 蛋27.3g 脂32.4g 炭72.6g 塩4.6g	645kcal 蛋20.3g 脂11.5g 炭118.2g 塩2.3g	540kcal 蛋24.1g 脂19.0g 炭71.1g 塩2.7g
アレルギー小麦卵乳	アレルギー小麦乳	アレルギー小麦	アレルギー小麦	アレルギー小麦落花生
【月】8. 10	【火】8. 11	【水】8. 12	【木】8. 13	【金】8. 14
				
【月】8. 17	【火】8. 18	【水】8. 19	【木】8. 20	【金】8. 21
牛カルビ焼肉 コールスローサラダ パイン缶 わかめスープ ごはん	さばの味噌煮 焼売 大根サラダ 清まし汁 ごはん	ジャージャー麺 鶏肉の唐揚げ サツマイモサラダ ストロベリームース	牛丼 白身魚フライ オニオンチップサラダ 味噌汁	ポークカレー チキンナゲット グリーンサラダ レモンゼリー
725kcal 蛋20.0g 脂31.2g 炭97.7g 塩2.2g	660kcal 蛋30.0g 脂17.7g 炭100.3g 塩4.2g	870kcal 蛋40.0g 脂28.6g 炭118.3g 塩5.4g	851kcal 蛋28.6g 脂28.4g 炭126.8g 塩3.6g	995kcal 蛋26.9g 脂38.6g 炭139.4g 塩4.5g
アレルギー小麦乳	アレルギー小麦	アレルギー小麦卵乳	アレルギー小麦	アレルギー小麦卵乳
【月】8. 24	【火】8. 25	【水】8. 26	【木】8. 27	【金】8. 28
ナポリタンスパゲッティ うずらフライと北海扇フライ ブロッコリータルタルサラダ	和風おろしハンバーグ ベーコンチップサラダ 自分で包むくりーむ大福 味噌汁 ごはん	サイミン (えび香るハワイ風ヌードル) 蒸し餃子 大根ツナサラダ	サバのカレー竜田揚げ 和風スパソテー ぶどう缶 味噌汁 ごはん	手付とんかつ(みそだれ) 切干大根の煮物 みかん缶 わかめスープ ごはん
807kcal 蛋25.6g 脂40.1g 炭88.6g 塩3.8g	740kcal 蛋25.5g 脂21.9g 炭111.2g 塩4.0g	526kcal 蛋24.9g 脂14.7g 炭73.3g 塩7.0g	848kcal 蛋32.6g 脂27.1g 炭124.1g 塩4.5g	968kcal 蛋30.4g 脂35.5g 炭132.8g 塩3.1g
アレルギー小麦卵乳	アレルギー小麦卵乳	アレルギーえび小麦卵	アレルギー小麦卵乳	アレルギー小麦卵乳
【月】8. 31				
冷やしぶっかけきしめん 鶏天 & 竹輪の磯辺揚げ ごぼうサラダ				
512kcal 蛋16.8g 脂19.2g 炭72.0g 塩6.8g				
アレルギー小麦卵				