

2017年夏メニュー

浅川産婦人科医院

	バスバル主対アハイイ						
	朝食	昼 食	タ 食		朝食	昼 食	タ 食
1	焼き魚	チキンカレー	【松花堂弁当】	11	焼き魚	シーフードカレー	【松花堂弁当】
•	かぼちゃの甘辛ごま炒め		揚げ魚の黒胡麻入りマヨソース		かぼちゃの甘辛ごま炒め	ジャーマンポテト	魚のアーモンド揚げ
	めかぶあん・漬物	レモンゼリーフルーツ添え			めかぶあん・漬物	グリーンサラダ	豚肉とゴーヤのみそ炒め
	厚揚げのおろしのせ	スープ	トマトと冬瓜冷製仕立てセリーがけ		厚揚げのおろしのせ	果物	出し巻き卵・辛子和え
	味噌汁·御飯		にがうりのナッツ和え		味噌汁·御飯	スープ	冬瓜の旨出しゼリーかけ
	牛乳		味噌汁•赤米御飯		牛乳		お吸い物・赤米御飯
	711kcal	937kcal			710kcal	702kcal	758kcal
2	ウィンナーと温野菜	冷やし中華	【ハワイアンディナー】	12	ウィンナーと温野菜	汁なし担々麺	【ハワイアンディナー】
	焼き立てパン	豆腐とはんぺんのふんわり焼き	魚の唐揚げ・		焼き立てパン	ゴーヤとツナの和え物	魚の唐揚げ・
	コーンフレーク	大根とツナの和え物	パイナップルソース		コーンフレーク	果物	パイナップルソース
	スープ	デザート。	ガーリックシュリンプ		スープ	中華スープ	ガーリックシュリンプ
	季節のジュース	中華スープ	チーズとベーコンのサラダ		季節のジュース	ウーロン茶	チーズとベーコンのサラダ
	7001	7001	果物・スープ・御飯		7001 1	0771	果物・スープ・御飯
2	723kcal 鶏飯(鹿児島県郷土料理)		906kcal カリフォルニア巻き(ごま)	10	723kcal 鶏飯(鹿児島県郷土料理)	677kcal 【ランチプレート】	906kcal カリフォルニア巻き(ごま)
3	魚の素焼き	サンドウィッチ	いなり寿司	13	魚の素焼き	ジャークチキン	いなり寿司
	あさりと白滝の炒り煮	ミートローフ	豚肉のしそ挟み揚げ		あさりと白滝の炒り煮	アスパラのベーコン巻き	
	青菜の煮浸し	レーズン入りコールスローサラ ダ			青菜の煮浸し	チーズドレッシングサラダ	
	浅漬け	果物	いんげんの赤味噌和え		浅漬け	果物	いんげんの赤味噌和え
	ヨーグルト	スープ	お吸い物		ヨーグルト	スープ・ビーンズライス	
	613kcal		834kcal		613kcal	851kcal	834kcal
4	エッグベネディクト	魚のごま油焼き	豚肉のマスタードソース	14		【郷土料理ランチ】	豚肉のマスタードソース
			かぼちゃのレモンバタ一煮		人参ラペオープンサンド		かぼちゃのレモンバター煮
	サラダ	冷やし椀盛り	サラダ		サラダ		サラダ
	スープ	果物	果物_。		スープ	笹かまときゅうりのわさび風味	
	季節のジュース	味噌汁	スープ		季節のジュース	白玉のずんだあえ	スープ
	686kcal	いかと赤米の炊き込みご飯 707kcal			670kcal	おくずかけ(宮城県)・御飯 795kcal	
5	【WA御膳】	オムライス	魚の唐揚げ香味ソース	15	【WA御膳】	和風ハンバーグ	魚の唐揚げ香味ソース
	焼き魚	茄子の和風ピザ	キャベツ焼売		焼き魚	帆立のソテー	キャベツ焼売
	小松菜と桜えびの炒め物		海藻中華サラダ		小松菜と桜えびの炒め物	サラダ	海藻中華サラダ
	トマトと青しその和風サラダ		果物		トマトと青しその和風サラダ		果物
	煮豆・ごま豆腐・味噌汁・御飯	スープ	中華スープ		煮豆・ごま豆腐・味噌汁・御飯		中華スープ
	ヨーグルトドリンク		御飯		ヨーグルトドリンク	御飯	御飯
	747kcal				747kcal	878kcal	
6	ギレフ国 フーブ			16	ポトフ風スープ	ぶっかけ豆乳豚しゃぶうどん	【拟龙带分虫】
	ポトフ風スープ	とろろそば	【松花堂弁当】	10			
	ボリュームシーザーサラダ	はんぺんのチーズソテー	豚肉のロースト	10	シーザーサラダ	えびと夏野菜の揚げ南蛮	魚の香り焼き
	ボリュームシーザーサラダ 果物	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き	10	シーザーサラダ 果物	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き
	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け 果物	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し	10	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し
	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン <mark>お肌にうれ</mark> C	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ	10	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン <mark>お肌にうれ</mark> C	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物
	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け 果物 生姜ごはん	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 核豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯
	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン <mark>お肌にうれ</mark> C	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け 果物 生姜ごはん 661kcal	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 核豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン <mark>お肌にうれ</mark> C	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯
	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け 果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし	はんぺんのチーズソテー きゅうりの塩昆布漬け 果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテー	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテー レタスとワンタンチップのサラダ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アポカドとトマトのワサビドレッシケ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け 果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテー レタスとワンタンチップのサラダ 果物	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシング 果物	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯		シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシケ 果物 中華スープ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アポカドとトマトのワサビドレッシンク 果物 中華スープ 753kcal	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぽこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物生姜ごはん G61kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アポカドとトマトのワサビドレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮 タルタルソース	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋肉	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシンク 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん G61kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ星布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮タルタルソース 豆腐ステーキ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮 タルタルソース	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋肉	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシンク 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつおかかまぶし かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープティー	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮タルタルソース 豆腐ステーキ オクラの煮浸し 漬物 豚汁・玄米ごはん	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華風酢の物	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつおかかかまぶしかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープティー	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果物 スープ 御飯	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサ御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華スープ・御飯
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープ アク5kcal	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん G61kcal 【Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮タルタルソース豆腐ステーキオクラの煮浸し漬物 豚汁・玄米ごはん 837kcal	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華風酢の物 アセロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつおかかかまぶしかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープ ハーブティー 840kcal	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのフサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果物 スープ 御飯 824kcal	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサーラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華風酢の物 アセロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセグレボテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープ アリーブティー 795kcal 【WA御膳】	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ」 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ星市と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮タルタルソース 豆腐ステーキ オクラの煮浸し 漬物 豚汁・玄米ごはん 837kcal 【ランチプレート】	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサラダ 果物・スプラウトのサラダ 果物・スプラウトのサリ餃子 中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華風酢の物 アセロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト メーセージとボテトの温サラダ ヨーグルト 果物 スープ・アイー 840kcal 【WA御膳】	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果物 スープ 御飯 824kcal 【アジアン Lunch】	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 (94kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサー調素 スプラウトのサー御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えびとくるみのチリ餃子 中華スープ・御飯 アセロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレセジーダンとポテトの温サラダ コーグアイー アリーブティー 795kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ 果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮 タルタルソース 豆腐ステーキ オクラの煮浸し 漬物 豚汁・玄米ごはん 837kcal 【ランチプレート】	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋のモリ餃子 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの磯辺焼き	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮物 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソコーグ ルト 果 カープティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビトレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果物 スープ 御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレン	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なプラウトのサ御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋などくるみのチリ餃子中華ロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの磯辺焼き
7	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセブルト 果のプレンチトースト ソーセブルト 果カプ スハーブティー 795kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮テーキ オクラの煮浸し 漬物 豚汁・玄米ごはん 837kcal 【ランチプレート】 タコライス 人参しりしり	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 核豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソースなすの洋風煮 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回級びとくるみのチリ餃子中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの磯辺焼き いんげん胡麻和え	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつま揚げの煮り かまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソコーグルト 果カープティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じゃこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビトレッシンヴ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトウイユ 素し茄子のピリッとサラダ 果の プロ飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレン チリビーンズ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜カレーソース なすの洋風煮 スプラウトのサ毎飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋肉 えくるみのチリ餃子 中華風酢の物 アセロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの磯辺焼き いんげん胡麻和え
8	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーーグルト 果ーグ フーブティー 795kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き 炒め煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和え	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかつ丼いかと青梗のソテーレタスとワンタンチッブのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 「郷土料理ランチ】 チキンステートコウラの煮浸し漬物・玄米ごはん837kcal 「ランチプレート】 タコライス 人参しりしり温野菜	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 核豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜丸しーソースなプラウトのサリカの洋風煮 スプラウトのサラが飯 790kcal 【中華御膳】 回級びと気みのチリ餃子中華ロラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの磯辺焼き いんげん胡麻和え 果物	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセブルト 果カープ・カースト ストーブティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き 炒め煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和え	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとドマトのワサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトウイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果の プ の まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり は り り っ く り っ く り っ く り り っ く り し し り り っ く り り っ く り り っ く り り っ く り し し り り っ く り り っ し り り り っ し り り り り り り し り り り し り し	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚 サイナー】 夏野菜カレーソース なすの洋トのサ海が、スプラウトのサ海が、スプラウトのサ海側 (中華御膳) 回鍋(とくるみのチリ餃子中を生し、大を風味であり、 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 親のしくれの磯辺焼き いんげん胡麻和え 果物
8	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜に管汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーーグルト 果ーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーが、アリー アリーが、アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー	はんぺんのチーズソテーきゅうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかつ丼 いかと青梗菜のソテーレタスとワンタンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】 チキン南蛮テーキ オクラの煮浸し 漬物 豚汁・玄米ごはん 837kcal 【ランチプレート】 タコライス 人参しりしり	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜カレーソー なすの洋風煮 スプラウトのササラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回級びとくるみのチリ餃子 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの焼破知え 果物 お吸い物	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 東京でのおかかまぼす。 大学では、一次では、一次では、 大学ので は、 大学ので ため、 ため、 ため、 ため、 ため、 ため、 ため、 ため、 ため、 ため、	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとトマトのワサビトレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトゥイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果物 の 第24kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレン チリビーンズ パイナップルドレッシングサラダ 果物	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚夏野菜用 スプラウトのプラグ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回鍋び華ロラーブ・御飯 イル焼きごまみそ風味 鶏のイイルの機・では、 魚のホイルの機・では、 魚のかり ア中華ス りが、 りが、 のかり、 のかり、 のかり、 のかり、 のかり、 のかり、 のかり、 のかり
8	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜のおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーーグルト 果ーグ フーブティー 795kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き 炒め煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和え	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかではまで、カートリースをでフンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 「郷土料理ランチ】 チキンスステートコース 京の煮浸し 漬物・玄米ごはん 837kcal 「ランチプレート」 タコライス 人参しりしり 温野プリン レモンソース スープ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜 風 スプラウトのサラダ 果物・スープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回函び華風ラス・サラ餃子 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 親つくはの明珠和え 果物・スープ・側飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみ 乗き いんげん胡麻和え 果物 お吸い物	17	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 昆布とさつおかかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセブルト 果カープ・カースト ストーブティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き 炒め煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和え	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとドマトのワサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトウイユ 蒸し茄子のピリッとサラダ 果の プ の まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり加 を まり は り り っ く り っ く り っ く り り っ く り し し り り っ く り り っ く り り っ く り り っ く り し し り り っ く り り っ し り り り っ し り り り り り り し り り り し り し	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜カレーソース なすの洋トのサラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回えび華風ラゼリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 熟のくばん 胡麻和え 果物
8	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜であるかかまぼこ 清物・味噌汁・御飯 牛乳 735kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーーグルト 果ーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリーグリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー アリー ア	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかではまで、カートリースをでフンチップのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 「郷土料理ランチ】 チキンスステートコース 京の煮浸し 漬物・玄米ごはん 837kcal 「ランチプレート」 タコライス 人参しりしり 温野プリン レモンソース スープ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜風 スプラウトのサーク で 790kcal 【中華御膳】 回級び華風ラープ・御飯 不中セ華スープ・御飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくねの研え 鬼のがよるの特 り中で基スープ・の飯 744kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 鶏つくけん胡麻和え 果物 おりがある。	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 見売であるかかまぼでであるがかまぼこ 漬物・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨーグルト 果一プフティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚のマヨネーズ焼き 青菜と油揚げの梅じゃこ和え 焼き海苔・味噌汁・御飯 牛乳 690kcal	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンバ丼 たこぶつガーリック アボカドとドマトのワサビドレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトウィムユ 東のピリッとサラダ 果のプ の飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレン チリビーンズ パイナッブルドレッシングサラダ 果物 薬膳 冬瓜スープ	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん草の浸し もずくの酢の物 ・赤米御飯 ・694kcal 【旬菜ディナー】 魚夏野菜風 スプラウトーツース なプラウトのプラダ 果物・スープ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回記び華ロラーデ・御飯 ・744kcal 魚のホイルの機・でリー 中華スープ・御飯 744kcal 魚のかり かり、スープ・御飯 744kcal 魚のかくるみのサリ餃子 中本スープ・御飯 744kcal 魚のかりが カープ・おりの 第25を表した。 第25を表 第25 第25 第 第25 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第 第
7 8 9	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 歌まである。 まである。 までは、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 「Donburi ランチ】 ソースかつ丼しいかと青梗をフンチングのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 「郷土料理ランチ】 チキン南蛮テーキ オクラの煮浸し 漬物・玄米ごはん 837kcal 【ランチプレート】 タコライス 人参しりしり 温野菜 豆乳プリン レモンソース スープ 866kcal	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 核豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚のソテー 夏野菜風のサーン なプラウトのサーク ででででででである。 ア90kcal 【中華御膳】 回鍋びを風のチリ餃子中では、そのかりです。 中では、このサークでででででである。 魚のホイル焼きごまみそ風味 別のくは、のかりでする。 魚のホイル焼きごまみそ風味 いんげん胡麻和え 果物い物 御飯 683kcal	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜が・味噌汁・御飯 牛乳 713kcal オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ ヨー物 スハーブティー 840kcal 【WA御膳】 白身魚の 情き海苔・味噌汁・御飯 牛乳 のフレンチトースト ソーセージとポテトの温は リーグルト 果物 ストーブティー 840kcal 「WA御膳」 白りめ煮 青葉と油揚げの梅じゃこ和え 焼き海苔・味噌汁・御飯 牛乳 690kcal スクランブルエッグ ミニサラダ	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンパ丼 たこが丼 たこが丼 たこがガーリック アボカドとはなのりせじレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトホ子のピリッとサラダ 果物 ス御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレンン デリーンンズ パイナッブルドレッシングサラダ 果物 裏糖 冬瓜スープ 裏ち9kcal 夏野菜と魚の梅酢南蛮 鶏胸肉の蒸しもの	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれんやの湯し もずくの酢の物 ・赤米御飯 ・694kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野洋風煮 スプラウトのプ・御飯 785kcal 【中華御膳】 回級び華ロラーブ・御飯 イレスを風でガリー 中本マセマスのがカー 中本マロスのは、のかり アセロスのが、フィ44kcal 魚のホイル焼きごまみそ風味 漁のがあるが、フィ44kcal 魚のかり、フィ44kcal 魚のかり、フィ44kcal 魚のかり、フィ44kcal 魚のかりがり、フィ44kcal 魚のかりがり、フィ44kcal 魚のかりがり、フィ44kcal 魚のかりがり、フィ44kcal 魚のかりがした。 第一のはいめ、 第一のものはいめ、 第一のはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいめ、 第一のものはいる。 第一のものはいる。 第一のものはいる。 第一のものはいる。 第一のものはいる。 第一のものはいる。 第一のものものものもの。 第一のものもの。 第一のものもの。 第一の。 第一の。 第一の。 第一の。 第一の。 第一の。 第一の。 第一
7 8 9	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルの煮し お麩のチャンま揚げのぶし までである。 までは、一ででは、一ででは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソーストランチ」 ソーストラック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ お吸い物・赤米御飯 888kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜風のサーーンス スプラウトープ・御飯 790kcal 【中華御膳】 回鍋び華田ラープ・御飯 744kcal 像のホイル焼のでリー御飯 744kcal はのかけんがおり、 では、おきで、 では、 のかつけんがあり、 では、 のかったくねのは、 では、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかったくれんが は、 のかりに、 ののつくれんが は、 ののつくれんが は、 のので、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野菜でのおかかまぼでは、一次では、 大・御のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラグ ヨー物 スハーブティー 840kcal 【WA印書・味噌汁・御飯 中乳 のフレンチトースト ソーセージとポテトの温はできる。 「WA印書) 自身魚衣 青菜と油揚げの梅じゃこ和え 焼き海苔・味噌汁・御飯 中乳 690kcal スクランブルト ミニーグルト	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味噌ビビンパ丼 たこがサーリック アボカドとトマトのワサビトレッシグ 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトカイユ 素物 ス御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴレンン チリビンンズパイナップルドレッシングサラダ 果物 裏糖 冬瓜スープ 果物 裏糖 冬瓜スープ 果物 裏糖 冬瓜スープ 果物 裏野菜と魚の梅酢南蛮 鶏胸肉の蒸しもの 冷や奴	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん物 お吸い物・赤米御飯 694kcal 【旬菜ディナー】 魚 夏野菜風のウナーレーンス スプラウナーフェース スプラウナーの飯 785kcal 【中華御膳】 回級と人風かり 中でリーーの 中でリーーの 第500 第500 第500 第500 第500 第500 第500 第50
7 8 9	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お整のチャンプルーへ お数のチャンポーストースト かままぼ、中学・では、 は、中学・では、 オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ オレンジ風味のフレンチトースト ソーカーグリントースト フランフィー 「WA 御膳】 白身魚煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和 焼き カランブダ ト乳 のののレング リーカーグが イング リーカーグが ト は、 1090kcal スクランフダ ト スクランフダ ト ストーブが ト リーカル 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 ト 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソーストランチ」・シーストラック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ おの野菜の酢味噌かけ のリテ菜ー カーカー フリテ菜ー カーカー フリテ菜ー カーカー フリー フリー フリー フリー フリー フリー フリー フリー フリー のリー フリー のリー フリー のリー フリー のリー フリー のリー フリー のリー フリー のりのには でも ののつくし、 ののつくし、 ののつくなので フリー ののつくなので フリー ののつくなので フリー ののつくなので フリー ののつくなので フリー ののつくなので フリー ののつくなのの フリー ののつくなのの フリー のののつくなのは ののかりは ののかりは ののかり フリー のののした。 ののかり フリー のののした。 のののした。 のののした。 のののした。 のののした。 のののした。 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 ののし、 のののし、 ののし、 のののし、 のののし、 のののし、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 と、 のののし、 り、 と、 のののし、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、 り、	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野ボースがでいました。 清学・は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味がロガーリック アボカドとトマトのワサビトレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトカイクニュロッケ ラタトウイユ 黒物 ス御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴーンンズ バイナップルドレッシングサラダ 果物 薬膳 冬瓜スープ 裏ち9kcal 夏野菜と魚の梅酢南蛮 第0や平ごぼう	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん物 お吸い物・赤米の野菜ー 魚 夏野でイナー】 魚 夏野でイナー】 魚 夏野でイナー】 なスプラのガトスープ・御飯 785kcal 中華御膳】 回えい華田ラー・グー 自動び・スープ・ののナリ・のでイナル・のでイナル・のでイナル・のでイナルののでイナルののでイナルののでイナルののでイナルののでイナルののでイナルののでイナルが、他のでイナルが、他のでイナルのでは、大きのでイナルのでは、大きのでイナーに、スーカーをは、大きのでは、は、大きのでは、大きのでは、大きのでは、大きのでは、大きのでは、大きのでは、大きのでは、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、
7 8 9	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー煮し お数のかさつおいまでは、中では、中では、中では、中では、中では、中では、中では、中では、中では、中	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ごはん 661kcal 【Donburi ランチ】 ソーストランチ」 ソーストラック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファ	豚肉のロースト 魚の青じそパン粉焼き 枝豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の酢味噌かけ おの事 で	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパセン シトラスパセリスムージー 709kcal お数のチャンプルー煮り お数のチャンま場か かまでいまが、味噌汁・御飯 キージシ風味のフレンチトースト ソーセージレト 果物 ストーセーグルト 果物 ストーブディー 840kcal 【WA御書】 、	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味がアンバ丼 たこが丼 たこが丼 たこが丼 たこが丼 たこが丼 たこが丼 たこがサーリック アボカドとはなののサビドレッシンが 果物 中華スープ 753kcal かにクリイユ 蒸りリームユ ス御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナチリビーンンズ バイナッブルドレッシングサラダ 果物 裏膳 冬瓜スープ 裏野胸肉の のに といてリッとサラダ 果の また。 また。 また。 また。 また。 また。 また。 また。 また。 また。	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん物 お吸い物・赤米 毎94kcal 魚 夏野菜ーーンス なプラウトーーンス ス果物・スープ・御飯 不85kcal 回えい華田ラールのチリ餃子 中華 御膳 回えい番ロラールののチリ餃子 中本ですスープ・御飯 不44kcal 魚のホイルルの胡麻・でリートシース のかってはがい物 ののマコリーマリンテー 魚鶏いなるかのチリ餃子 中本では、一のかくはんのあるが関係のでは、 では、 のからは、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 では、 のからがあり、 では、 のからがあり、 では、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるがあり、 でいるが、
7 8 9	ボリュームシーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お整のチャンプルーへ お数のチャンポーストースト かままぼ、中学・では、 は、中学・では、 オレンジ風味のフレンチトースト ソーセージとポテトの温サラダ オレンジ風味のフレンチトースト ソーカーグリントースト フランフィー 「WA 御膳】 白身魚煮 青菜と油揚げの梅じゃこ和 焼き カランブダ ト乳 のののレング リーカーグが イング リーカーグが ト は、 1090kcal スクランフダ ト スクランフダ ト ストーブが ト リーカル 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 リーカリカ 大 大 ト 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	はんぺんのチーズソテーきゆうりの塩昆布漬け果物 生姜ではん 661kcal 【Donburi ランチ】ソーストランチーレタスとワンチッグのサラダ果物 とろろ昆布と夏野菜の和風スープ 782kcal 【郷土料理ランチ】チキンス豆腐カラの煮 ポープ ではん 837kcal 【ランチス しり、 10 サート】タ人温・アナックのサード アラン・マース 866kcal 魚のオープル りは 10 サード アラン・マース 866kcal 魚のオープル りりが 10 サード アラン・マース 866kcal 魚のオープル りが 10 サード アラン・ス 866kcal 魚のオープル 10 サード 10 サ	豚肉の下でパン粉焼き 様豆とみょうがの白和え・お浸し 野菜の下・赤、米のでは、水のでは、水のでは、水のでは、水のでは、水のでは、水のでは、水のでは、水	18	シーザーサラダ 果物 焼き立てパン お肌にうれC シトラスパセリスムージー 709kcal お麩のチャンプルー風 野ボースがでいました。 清学・は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、	えびと夏野菜の揚げ南蛮 長芋ときゅうりのゆかり和え 果物 じやこ菜飯 875kcal 【Donburi ランチ】 肉味がロガーリック アボカドとトマトのワサビトレッシング 果物 中華スープ 753kcal かにクリームコロッケ ラタトカイクニュロッケ ラタトウイユ 黒物 ス御飯 824kcal 【アジアン Lunch】 ナシゴーンンズ バイナップルドレッシングサラダ 果物 薬膳 冬瓜スープ 裏ち9kcal 夏野菜と魚の梅酢南蛮 第0や平ごぼう	魚の香り焼き 鶏の梅味噌焼き 含め煮・ほうれん物 お吸い物・赤米の物 ・赤米の野菜ーカー のサート・ス のサート・ス のかけいのですが、 一中では、 のかり、スのかり、スのかり、スのかりでは、 一のかった。 一のかり、スのかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりでは、 一のかりが、 一のかりが、 一のかりが、 一のから、 のから、 一のから