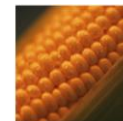




# WEEKLY MENU

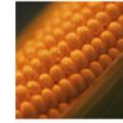


日	5月3日				5月4日				5月5日				5月6日				5月7日				5月8日				5月9日				
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)				
朝食	ご飯・パン 味噌汁 ミックススクランブル ハムとブロッコリーのマヨ和え ジャーマンポテト ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 かぼちゃコロッケ ポテトとレタスのサラダ 五目きんぴら ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 ししゃもフライ ブロッコリーとトマトの中華和え 和風マカロニサラダ ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 ハムと野菜のカレー炒め 納豆 肉団子のチリソース ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 高野豆腐 春巻 竹輪とキャベツの味噌マヨ和え ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 マカロニとレタスのサラダ 切干大根の炒め煮 じゃがいものカレー炒め ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 だし巻き卵 野菜コロッケ 小松菜の胡麻和え ふりかけ・海苔 牛乳				
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		835.0	26.1	36.2	3.4	667.0	17.0	22.7	3.2	717.0	23.3	27.7	3.9	641.0	24.5	24.3	3.0	663.5	19.1	29.3	3.9	572.5	16.3	17.7	3.0	671.5	20.8	20.8	3.2
	白身魚のコーンマヨ焼き  もやしの胡麻風味和え  ライス 野菜スープ				カルボナーラスパゲッティー  ミックスサラダ  パン ほうれん草と玉葱のスープ				プルコギ丼  もやしの中華風和え  春雨スープ				ハヤシライス  クリームコロッケ  マカロニのカレー風味スープ				鶏チャーシュー味噌らーめん  焼売のカレー揚げ  ライス				鯖の七味焼き  キャベツとコーンの炒め  ライス けんちん汁				蒸し鶏と白菜キムチ丼  白菜とブロッコリーのクリーム煮  春雨スープ				
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
	808.0	21.8	22.7	2.6	811.0	21.3	13.7	3.9	759.0	23.7	30.4	3.0	959.0	19.6	28.9	5.4	1256.0	42.1	26.7	9.2	847.0	28.2	33.0	2.9	567.0	20.3	8.0	5.3	
夕食	ハンバーグ デミグラスソース				鶏天 しそ風味 & 絹さやと玉子のソテー				とんかつ				厚揚げと挽き肉 の中華炒め				肉豆腐				チキンの香草パン粉焼き & 串カツ				豚肉の生姜焼き とアジフライ				
	副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				
	大根とえんどうのコンソメ煮				キャベツの粒マスタード和え				ほうれん草と 大根のピーナッツ和え				小松菜とえのきの梅和え				白身魚フライ				茹で野菜のゴマ風味				厚揚げと野菜の煮物				
	ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
A定食	832.0	23.1	20.9	4.0	884.0	36.9	27.6	3.8	907.0	24.5	30.7	3.7	886.0	31.5	31.2	4.4	1133.0	42.3	50.3	6.2	927.0	34.3	23.4	4.0	1056.0	32.0	44.9	4.8	

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。



# WEEKLY MENU

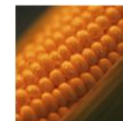


日	4月26日				4月27日				4月28日				4月29日				4月30日				5月1日				5月2日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	ご飯・パン				ご飯・パン				ご飯・パン				ご飯・パン				ご飯・パン				ご飯・パン				ご飯・パン			
	味噌汁				味噌汁				味噌汁				味噌汁				味噌汁				味噌汁				味噌汁			
	オムレツ				肉団子のチリソース				鯖の塩焼き				温泉玉子				ウインナーのコーン玉葱ソテー添え				オニオンスクランブル				サーモンフライ			
	かぼちゃのコロッケ				スパゲティとレタスのサラダ				ブロッコリーとトマトの中華和え				ひじきと大豆の煮付け				納豆				肉入りコロッケ				カレーフライドポテト			
	ひじきの胡麻サラダ				大根のきんぴら				ポテトサラダ				大判唐揚げ				粉ふき芋				大根の明太和え				蒸し鶏とキャベツの辛子醤油和え			
昼食	ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔				ふりかけ・海苔			
	牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
	栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価			
	エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)			
	たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)			
夕食	スタミナらーめん				鶏の照り焼き丼				チキンカツカレー				昭和のカレーうどん				海鮮中華丼				味噌カツ丼				五目あんかけ焼きそば			
	茄子肉詰めフライ				パンサンスー				ミックスサラダ				揚げジャコと春キャベツのお浸し				照焼チキンの照りマヨソース				小松菜とコーンのじゃこ和え				味玉と小松菜			
	ライス				キャベツとわかめの味噌汁				コーヒー牛乳				わかめご飯				わかめスープ				もやしとインゲンの味噌汁				にらと卵のスープ			
	栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価			
	エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)			
朝食	たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)			
	脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)			
	食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)			
	814.5				634.0				662.5				703.0				672.0				664.0				783.0			
	22.7				18.6				24.3				29.3				26.3				22.4				25.9			
夕食	鯖の味噌煮				ハンバーグ生姜ソース & ニラ玉				麻婆春雨&コーンフライ				卵ロールフライとクリームコロッケ				回鍋肉				餃子メンチと焼売				鶏肉団子と野菜のトマト煮込み			
	副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜			
	メンチカツ				かぼちゃの含め煮				きんぴらごぼう				青菜と白菜のぼん酢がけ				胡瓜とカニカマの梅マヨ和え				あんかけ豆腐				カレーコロッケ			
	竹の子と山菜のおかかサラダ				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物			
	栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価				栄養価			
	エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)				エネルギー (kcal)			
	たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)				たんぱく質 (g)			
	脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)				脂質 (g)			
	食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)				食塩相当量 (g)			
	1061.0				819.0				790.0				854.0				920.0				877.0				907.0			
	37.3				25.9				18.8				18.9				26.9				28.2				21.7			
	45.8				19.5				13.1				28.3				29.5				22.1				23.3			
	4.9				4.9				4.7				3.6				5.5				3.8				4.4			

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。



# WEEKLY MENU



日	4月19日				4月20日				4月21日				4月22日				4月23日				4月24日				4月25日				
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)				
朝食	ご飯・パン 味噌汁 人参と玉子の炒め かぼちゃのコロッケ 油揚げと大根の煮付け ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 サゴシの柚庵焼き スパゲティとレタスのサラダ ひじきと大豆の煮物 ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 肉野菜炒め ポテトサラダ 大根のそぼろあん ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 和風スクランブル 切干大根 ブロッコリーのマヨ和え ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 キャベツの味噌マヨ和え 納豆 チキンナゲット ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 温泉玉子 肉入りコロッケ 白菜と竹輪のごま酢和え ふりかけ・海苔 牛乳				ご飯・パン 味噌汁 パンパンジー フライドポテト だし巻き卵 ふりかけ・海苔 牛乳				
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		897.0	29.8	36.2	4.6	631.5	24.4	23.1	3.7	605.0	21.8	18.7	3.9	674.5	26.6	29.1	3.8	717.5	32.9	30.6	2.5	648.0	22.9	22.7	3.0	4877.5	68.2	241.9	11.3
	鶏肉きんぴら丼  小松菜のなめ茸おろし  わかめと玉葱の卵スープ				ミートソース  ミックスサラダ  パン  コンソメジュリアン				エッグカレー  ミックスサラダ  ジュース				タンメン  焼き餃子  ライス				親子丼  わかめと大根のレモン和え  豆腐の味噌汁				かき揚げうどん  コンニャクごぼう  ゆかりご飯				カルボナーラハンバーグ 温玉のせ  ごぼうとレタスのサラダ  ライス  もやしと人参のスープ				
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
	798.0	22.0	14.0	3.4	1022.0	23.1	16.7	4.6	917.0	23.3	32.0	3.8	894.0	28.2	13.8	9.1	755.0	29.4	18.7	5.0	857.0	17.4	12.8	4.7	1114.0	37.9	32.7	5.4	
夕食	焼き豆腐の 肉味噌あんかけ				照焼きハンバーグ & アジフライ				豚肉のトマト煮込み				鶏肉のソテー & いわし梅しそフライ				麻婆豆腐				とんかつ				鶏肉団子と ししゃもフライ				
	副 菜  カレー焼きうどん				副 菜  枝豆と春雨の中華和え				副 菜  菜の花の辛子和え				副 菜  じゃが芋のニンニクおかか和え				副 菜  白身魚フライ				副 菜  キムチ冷奴				副 菜  厚揚げと野菜の煮物				
	ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				ご飯・汁物				
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	
A定食	981.0	28.4	27.4	5.0	961.0	28.4	28.7	5.2	955.0	28.3	28.9	2.7	892.0	34.6	19.1	4.4	1031.0	33.1	39.4	6.2	978.0	29.0	33.4	3.2	974.0	27.4	29.1	5.2	

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。