



週間予定献立表 (常食)



期間：2023年10月29日(日) ~ 2023年11月04日(土)

	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)
朝	○ご飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・貝割れ)	○ご飯 ○カワラーのそぼろ煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(ハッパン/小松菜)	○ご飯 ○ブロッコリーとベーコン炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(若布・麩)	○粥 ○肉団子と野菜の煮物 ○たくあん ○味噌汁(白菜・長葱)	○ロールパンとぶどうパン ○魚肉ソーセージと野菜ソテー ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ(バジ・パセリ)	○ご飯 ○がんもとふきの煮物 ○赤かっぱ ○味噌汁(白菜・貝割れ)	○ご飯 ○大根と鶏肉の炒め煮 ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・にら)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼	○サンドイッチ ○ささみと野菜のサラダ ○パイナップル ○人参のポタージュ	○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆とひじきの煮物 ○ジャムケーキ(いちご) ○すまし汁(花麩・菜花)	○えびピラフ ○鶏とキノコのチーズ焼き ○空豆のホットサラダ ○和菓子 ○パンクキンポタージュ	○麦飯 ○牛肉のチャブチエ ○小松菜の煮びたし ○ジャムケーキ(りんご) ○すまし汁(半片/貝割れ)	○ご飯 ○鮭のちゃんちゃん焼き ○里芋のごま煮 ○みかん缶 ○すまし汁(白麩・三葉)	○ミートソースパゲティ ○隠元のきなこ和え ○レアチーズムース ○コンソメスープ(小松菜/かぶ)	○ポークカレー ○青じそサラダ ○バナナ ○コンソメスープ
食	○カルシウムせん ○アップルティー	○ミニチョコパン ○玄米茶	○和風パイ ○麦茶	○バウムクーヘン ○レモネード	○プリン ○玄米茶	○マーラーカオ ○煎茶	○エクレア ○玄米茶
夕	○ご飯 ○鶏肉の治部煮 ○里芋サラダ ○つぼ漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)	○ご飯 ○野菜たっぷり水餃子 ○ごぼうの金平 ○納豆 ○味噌汁(茄子・エノキ)	○ご飯 ○白身魚の照り焼き ○蓮根と車麩の煮物 ○青かっぱ ○味噌汁(菜の花・大根)	○ご飯 ○カレーの五目あんかけ ○さつま芋のミルク茶巾 ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ/玉葱)	○ご飯 ○豚肉のおろしポン酢炒 ○菜の花の辛子和え ○つぼ漬け ○すまし汁(蒲鉾・青葱)	○ご飯 ○鱧の山椒焼き ○南瓜ときこのこのみ炊煮 ○たくあん ○すまし汁(素麺・花麩)	○ご飯 ○鱈のトマト煮 ○大豆と椎茸のバター醤油 ○桜大根 ○味噌汁(もやし・隠元)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1575 kcal [タンパク質] 56.3 g [脂質] 51.8 g [炭水化物] 231.0 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 38.9 g [炭水化物] 266.9 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1694 kcal [タンパク質] 72.8 g [脂質] 38.2 g [炭水化物] 254.6 g [塩分] 7.6 g	[エネルギー] 1584 kcal [タンパク質] 69.7 g [脂質] 40.4 g [炭水化物] 258.0 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1559 kcal [タンパク質] 68.7 g [脂質] 34.6 g [炭水化物] 235.0 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 62.0 g [脂質] 46.9 g [炭水化物] 238.2 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1599 kcal [タンパク質] 60.2 g [脂質] 43.0 g [炭水化物] 229.6 g [塩分] 7.2 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



シダックスフードサービス株式会社



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年11月05日 (日) ~ 2023年11月11日 (土)

	11月5日 (日)	11月6日 (月)	11月7日 (火)	11月8日 (水)	11月9日 (木)	11月10日 (金)	11月11日 (土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールパン ○アスパラと卵のソテー ○* マーマレードジャム ○ミルクスープ (青梗菜・コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○さつま揚げの炒め煮 ○しば漬け ○味噌汁 (大根・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○厚揚げと冬瓜の煮物 ○桜大根 ○味噌汁 (キャベツ/白玉麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○チキンボールのコンソメ煮 ○青かっぱ ○味噌汁 (小松菜・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○かぶのかにかま煮 ○つぼ漬け ○味噌汁 (さつま・白麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○チリコンカン ○* りんごジャム ○コンソメスープ (トマト/コーン) 	<ul style="list-style-type: none"> ○菜飯粥 ○高野と椎茸の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁 (キャベツ・え)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚フライ ○胡瓜と竹輪のわか和え ○オレンジムース ○中華スープ (白菜/キ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の梅ごま焼き ○ジャーマンポテト ○黄桃缶 ○味噌汁 (若布・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華丼 ○ほうれん草の山葵和え ○ぶどうムース ○すまし汁 (かぶ・三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鰯の幽庵焼き ○ブロッコリーのサラダ ○ジャムヨーグルト (りんご) ○味噌汁 (玉葱・隠元) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉じゃが ○白菜の胡麻和え ○メロンムース ○味噌汁 (わかめ・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○ホッケの磯焼き ○南瓜のミルク茶巾 ○ジャムヨーグルト (いちご) ○すまし汁 (蒲鉾/みつば) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハヤシライス ○春雨サラダ ○バナナ ○コンソメスープ (ホウレンソウ/ペジ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○マリービスケット ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○チョコ蒸しケーキ ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ハッピーターン ○カフェオレ 	<ul style="list-style-type: none"> ○抹茶ゼリー (ホイップ) ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミニクリームパン ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○たいやき ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○ロールケーキ パニョールチョコ ○麦茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○えびと豆腐チャンプル ○里芋のそぼろあん ○たくあん ○味噌汁 (納豆/玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○たらの西京焼き ○マカロニサラダ ○赤かっぱ ○すまし汁 (舞茸・貝割) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の生姜焼き ○さつま芋のサラダ ○つぼ漬け ○味噌汁 (大根・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏のバター醤油焼き ○里芋と車麩の煮物 ○たくあん ○すまし汁 (豆腐・さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○きのこのマリネ ○赤かっぱ ○味噌汁 (小松菜・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏の甘酢あん ○切干大根煮 ○青かっぱ ○味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚ムニエル オリーブソース ○揚げ茄子の青じそ和え ○たくあん ○味噌汁 (さつま・貝割)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1643 kcal [タンパク質] 66.1 g [脂質] 51.3 g [炭水化物] 234.2 g [塩分] 5.9 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1556 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂質] 36.3 g [炭水化物] 243.6 g [塩分] 7.5 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1631 kcal [タンパク質] 60.8 g [脂質] 46.4 g [炭水化物] 244.1 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1554 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂質] 39.8 g [炭水化物] 225.5 g [塩分] 6.3 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1657 kcal [タンパク質] 57.6 g [脂質] 41.1 g [炭水化物] 264.8 g [塩分] 6.7 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1577 kcal [タンパク質] 66.4 g [脂質] 33.6 g [炭水化物] 248.3 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1617 kcal [タンパク質] 58.2 g [脂質] 51.2 g [炭水化物] 226.4 g [塩分] 7.5 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



シダックスフードサービス株式会社



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年11月12日(日) ~ 2023年11月18日(土)

	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)
朝	○ご飯 ○はんぺんと大根の煮物 ○鯛味噌 ○味噌汁(南瓜・隠元)	○ご飯 ○車麩とふきの煮物 ○しば漬 ○味噌汁(小松菜しめじ)	○ご飯 ○がんも煮 ○桜大根 ○味噌汁(モロ・玉葱)	○ロールパン ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○*りんごジャム ○コンソメスープ(ベジ・絹さや)	○ご飯 ○里芋と薩摩揚げの煮物 ○たくあん ○味噌汁(もやし・長葱)	○食パン ○アスパラと卵のソテー ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(玉葱・コーン)	○ご飯 ○えびとさやの卵とじ ○青かっぱ ○味噌汁(大根・にら)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼	○ご飯 ○家常豆腐 ○ERハヤとオクラのお浸し ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(玉葱・庄内麩)	○ご飯 ○軒のムニエル レンパターソース ○ブロッコリーとキャベツのサラダ ○ストロベリームース ○コンソメスープ	○ご飯 ○海老かつ・クリームコロッケ ○切干大根のサラダ ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(若布・貝割)	○松茸ご飯 ○秋鮭のフライ ○サツマ住と林檎のホットサラダ ○和菓子 ○すまし汁(豆腐・貝割)	○ご飯 ○牛肉とピーマンの炒め ○隠元のピザナッツ和え ○ぶどうムース ○すまし汁(かぶ・椎茸)	○秋のキノコカレーうどん ○卵の花 ○ジャムヨーグルト(アズキ)	○ご飯 ○カレイの味噌焼き ○パンプキンサラダ ○メロンムース ○すまし汁(ERハヤ)
食	○ソフトドーナッツ ○麦茶	○せんべい 雪の宿 ○レモネード	○クリームコンフェ ○玄米茶	○コーヒーゼリー ○麦茶	○今川焼き ○玄米茶	○カスタードワッフル ○アップルティー	○もみじ饅頭 ○煎茶
夕	○ご飯 ○鯖のごまだれ焼き ○胡瓜とわかめの酢の物 ○納豆 ○すまし汁(かぶ・絹さや)	○ご飯 ○麻婆茄子 ○ツナひじきサラダ ○つぼ漬 ○味噌汁(もやし・長葱)	○ご飯 ○鯖のトマト煮 ○里芋のずんだ和え ○たくあん ○味噌汁(冬瓜・青葱)	○ご飯 ○鶏肉の辛味噌焼き ○納豆のきなこ和え ○しば漬 ○すまし汁(花麩・三葉)	○ご飯 ○ツナと豆腐チャンプル ○南瓜の含め煮 ○赤かっぱ ○味噌汁(はんぺん/青葱)	○ご飯 ○鶏の山椒焼き ○キャベツと胡瓜の酢の物 ○ふりかけ ○味噌汁(じゃが芋/若布)	○ご飯 ○ハンバーグ ケチャップソース ○ひじきの煮物 ○つぼ漬 ○味噌汁(さつま・ミツバ)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1733 kcal [タンパク質] 71.6 g [脂質] 50.6 g [炭水化物] 250.2 g [塩分] 7.0 g	[エネルギー] 1664 kcal [タンパク質] 57.4 g [脂質] 39.2 g [炭水化物] 243.4 g [塩分] 6.8 g	[エネルギー] 1734 kcal [タンパク質] 63.2 g [脂質] 49.0 g [炭水化物] 243.7 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1563 kcal [タンパク質] 67.5 g [脂質] 37.7 g [炭水化物] 235.1 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1666 kcal [タンパク質] 63.4 g [脂質] 37.7 g [炭水化物] 262.3 g [塩分] 6.5 g	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 54.8 g [脂質] 45.2 g [炭水化物] 214.7 g [塩分] 7.4 g	[エネルギー] 1677 kcal [タンパク質] 65.1 g [脂質] 37.9 g [炭水化物] 261.8 g [塩分] 7.6 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年11月19日(日) ~ 2023年11月25日(土)

	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	11月24日(金)	11月25日(土)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○スクランブルエッグ ○しば漬け ○味噌汁(キャベツ/玉葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○肉団子とじゃが芋煮 ○青かっぱ ○味噌汁(小松菜えのき) 	<ul style="list-style-type: none"> ○中華粥 ○三色稲荷と野菜の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(隠元・白麩) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ローパンとぶどうパン ○ポークビーンズ ○*マーマレードジャム ○コンソメスープ(菜の花・大根) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鶏肉と野菜の旨塩煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(玉葱・若布) 	<ul style="list-style-type: none"> ○食パン ○ウインナー野菜ソテー ○*イチゴジャム ○コンソメスープ(小松菜・茸) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○大根とツナの煮物 ○しば漬け ○味噌汁(里芋・貝割れ)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ○.....おやつ..... ○牛乳
昼	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉とピーマンの塩炒め ○ほうれん草チーズクリーム煮 ○みかん缶 ○味噌汁(花麩・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○島根名物 出雲そば ○島根名物 酒蔵鍋 ○フルーツヨーグルト(ブドウ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚とエールガーリックソース ○キャベツのドレッシング和え ○オレンジムース ○味噌汁(大根・油揚げ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○麦飯 ○鶏の磯辺焼き ○ピーマンソテー ○ジャムヨーグルト(いちご) ○味噌汁(舞茸・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○キーマカレー ○和食のごまドレ和え ○ピーチムース ○コンソメスープ(椎茸・エノ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鮭のバター醤油焼き ○ごぼうの金平 ○バナナ ○広島名物 呉汁 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ヒレカツ&ポテトコロッケ ○胡瓜とわかめの酢の物 ○ジャムヨーグルト(りんご) ○味噌汁(和・三つ葉)
食	<ul style="list-style-type: none"> ○ばかうけ ○ミルクティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○ミニあんパン ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○マスカットゼリー ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○クッキー(チョコイス) ○レモンティー 	<ul style="list-style-type: none"> ○カステラ ○玄米茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○プチシュークリーム ○麦茶 	<ul style="list-style-type: none"> ○黒棒名門 ○玄米茶
夕	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○料の粕漬け焼き ○春雨のマヨサラダ ○たくあん ○味噌汁(茄子・しめじ) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○カニ玉 ○モヤと青梗菜のナムル ○ふりかけ ○味噌汁(南瓜・絹さや) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○豚肉の大葉味噌炒め ○白菜とわかめの酢の物 ○桜大根 ○すまし汁(豆腐/三つ葉) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○ホッケの塩麩焼き ○茄子のおろしポン酢 ○たくあん ○味噌汁(里芋・青葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○鯖の塩焼き ○さつま芋のレモン煮 ○しば漬け ○味噌汁(花麩・長葱) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○シュウマイ盛り合わせ ○白菜のゆかり和え ○たくあん ○味噌汁(もやし・にら) 	<ul style="list-style-type: none"> ○ご飯 ○白身魚の葱ソース ○ひじきの煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(ローパン/青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1711 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂質] 57.9 g [炭水化物] 242.9 g [塩分] 7.1 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1653 kcal [タンパク質] 59.1 g [脂質] 55.8 g [炭水化物] 234.9 g [塩分] 7.4 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1527 kcal [タンパク質] 63.5 g [脂質] 38.6 g [炭水化物] 198.1 g [塩分] 7.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1580 kcal [タンパク質] 67.1 g [脂質] 38.7 g [炭水化物] 241.9 g [塩分] 6.8 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1684 kcal [タンパク質] 63.8 g [脂質] 47.0 g [炭水化物] 249.1 g [塩分] 6.0 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 61.5 g [脂質] 45.3 g [炭水化物] 221.3 g [塩分] 6.6 g 	<ul style="list-style-type: none"> [エネルギー] 1682 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂質] 47.9 g [炭水化物] 242.0 g [塩分] 7.6 g

*都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。



週間予定献立表 (常食)



期間： 2023年11月26日(日) ~ 2023年12月02日(土)

	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)	12月1日(金)	12月2日(土)
朝	○ご飯 ○冬瓜と高野豆腐の煮物 ○たくあん ○味噌汁(さつま芋/長葱)	○ご飯 ○ブロッコリーとウインナーのソテー ○青かっぱ ○味噌汁(玉葱・絹さや)	○ご飯 ○豆腐と竹輪の煮物 ○つぼ漬け ○味噌汁(えのき・若布)	○ロールパン ○スクランブルエッグ ○* マーマレードジャム ○コンソメスープ(マッシュ/小松菜)	○ご飯 ○キャベツと竹輪の炒め煮 ○つぼ漬け ○味噌汁(モロ・モヤ)	○ゆかり粥 ○三色いなり煮 ○たくあん ○味噌汁(キャベツ/にら)	○ご飯 ○野菜と肉団子のクリーム煮 ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・貝割れ)
食	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳	○.....おやつ..... ○牛乳
昼	○ご飯 ○えびクリームシチュー ○コールスローサラダ ○パイナップル ○トマトスープ	○サンドイッチ ○ささみの青じそサラダ ○ぶどうムース ○きのこのポタージュ	○きつねうどん ○茄子とツナの生姜和え ○ジャムヨーグルト(いちご)	○麦飯 ○鮭の西京焼き ○アスパラのボン酢和え ○メロンムース ○すまし汁(花魁・菜花)	○ご飯 ○鶏と大豆の味噌煮 ○白菜とみかんのサラダ ○ジャムヨーグルト(アズキ) ○すまし汁(とろろ昆布)	○ご飯 ○回鍋肉 ○納豆とコーンのナムル ○バナナ ○味噌汁(南瓜・長葱)	○ご飯 ○白身魚の葱ポン酢 ○大豆とひじきの煮物 ○オレンジムース ○すまし汁(花魁・菜花)
食	○ソフトサラダせんべい ○乳酸菌ウォーター	○いちごスペシャル ○玄米茶	○スナック菓子 ○アップルティー	○ロールケーキ(苺) ○玄米茶	○薄皮まんじゅう ○煎茶	○チョコババロア ○玄米茶	○ムーンライトクッキー ○麦茶
夕	○ご飯 ○鶏の照り焼き ○マスタードがけワッフル ○赤かっぱ ○味噌汁(小松菜・玉葱)	○ご飯 ○タラの生姜煮 ○南瓜の含め煮 ○しば漬け ○味噌汁(白菜・貝割れ)	○ご飯 ○ポークチャップ ○れんこんのおおさ炒め ○赤かっぱ ○味噌汁(里芋・玉葱)	○ご飯 ○鶏の柚子こしょう焼き ○春雨のマヨサラダ ○しば漬け ○味噌汁(白玉麩・若布)	○ご飯 ○鱈の竜田焼き ○薩摩芋と椎茸バターソテー ○青かっぱ ○味噌汁(かぶ・青葱)	○ご飯 ○鯖の梅だれ焼き ○切干大根煮 ○しば漬け ○味噌汁(小松菜・麩)	○ご飯 ○豚肉のおろしホーン酢炒 ○ごぼうの金平 ○つぼ漬け ○味噌汁(舞茸・青葱)
食	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....	○.....
栄養量目安	[エネルギー] 1626 kcal [タンパク質] 63.6 g [脂質] 37.5 g [炭水化物] 261.7 g [塩分] 6.6 g	[エネルギー] 1532 kcal [タンパク質] 70.7 g [脂質] 48.8 g [炭水化物] 249.6 g [塩分] 7.9 g	[エネルギー] 1593 kcal [タンパク質] 52.4 g [脂質] 44.6 g [炭水化物] 237.6 g [塩分] 8.0 g	[エネルギー] 1627 kcal [タンパク質] 64.0 g [脂質] 47.2 g [炭水化物] 224.3 g [塩分] 7.3 g	[エネルギー] 1577 kcal [タンパク質] 64.7 g [脂質] 34.2 g [炭水化物] 247.3 g [塩分] 7.5 g	[エネルギー] 1649 kcal [タンパク質] 62.6 g [脂質] 43.6 g [炭水化物] 239.8 g [塩分] 6.7 g	[エネルギー] 1528 kcal [タンパク質] 66.2 g [脂質] 34.9 g [炭水化物] 241.3 g [塩分] 7.0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。