

Weekly Menu



	1月24日 (月)	1月25日 (火)	1月26日 (水)	1月27日 (木)	1月28日 (金)	1月29日 (土)	1月30日 (日)
朝食	ハムエッグ グレープフルーツ添え コーンとブロッコリーのマヨソース 野菜のトマトスープ パン 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	ホッケの塩焼き だし巻き玉子添え ツナポテサラダのカレー風味 大根とワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	野菜と玉子のカレー風味炒め とパインアップル ポテトと大根のサラダ 12種野菜のスープ パン 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	ツナじゃがと 味付け茹でたまご なめ茸オクラ もやしとワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	ソーセージ&スクランブル エッグ オレンジ添え キャベツの粒マスタード和え ポテトと人参のスープ パン 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	鶏肉の治部煮 だし巻き卵 大根と油揚げの味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	オムレットとリヨネーズポテト キウイ添え キャベツサラダ ミネストローネスープ パン 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 572kcal 23.9g 25.2g 59.6g 4.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 579kcal 24.8g 13.4g 90.8g 3.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 551kcal 16.3g 26.5g 63.1g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 566kcal 16.9g 10.1g 104.2g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 595kcal 26.8g 29.0g 55.0g 5.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 838kcal 38.5g 27.0g 113.9g 7.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 426kcal 12.5g 12.3g 70.1g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン 小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
昼食	からふとマスの西京味噌焼き クリームコロッケ 豆腐とワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	カレーペッパー唐揚げ 抹茶プリンと杏仁豆腐 野菜スープ ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	アンガスハンバーグステーキ デミグラスソース スパゲティと玉葱の サラダ もやしとワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	ピクメンチカツ 粒マスタードソース あずきミルクプリン 豆腐ともずくの味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	麻婆野菜炒め カレーコロッケ もやしと油揚げの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」		
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 641kcal 20.4g 15.5g 104.0g 2.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 849kcal 27.8g 25.5g 131.5g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 844kcal 35.3g 26.8g 115.3g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 979kcal 23.8g 41.7g 130.4g 4.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 804kcal 21.7g 26.7g 124.7g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに		
メイン 小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー		
丼・麺	ハヤシライス クリームコロッケ 豆腐とワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	ワンタン麺 抹茶プリンと杏仁豆腐 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	親子丼 スパゲティと玉葱の サラダ もやしとワカメの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	豚汁うどん あずきミルクプリン ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	ヘルシーチキンライス 野菜添え カレーコロッケ もやしと油揚げの味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	かつ丼 白玉ぜんざい 焙煎のりと豆腐の味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	牛すじカレー ハムとチーズのサラダ ほうれん草と玉葱のカレースープ ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 801kcal 20.0g 27.6g 121.0g 4.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 947kcal 27.4g 11.6g 182.0g 8.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 817kcal 32.2g 24.4g 118.2g 5.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 955kcal 26.1g 16.0g 176.5g 4.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 641kcal 19.7g 15.4g 110.8g 4.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1049kcal 33.3g 26.7g 169.2g 5.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 661kcal 23.7g 16.6g 109.5g 4.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン 小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
夕食	揚げ鶏の香味ソース 茹で豚と千切り野菜のコチ ジャン和え ミニエクレア 中華コーンスープ ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	白身魚のベジマヨ焼き ミートコロッケ キウイ 味噌けんちん汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	ハム卵ロールと クリーミーコロッケ エリンギ炒め ポテトといんげんのサラダ えのきと巻麩の味噌汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	鯖のごま照りと焼売 かぼちゃのいとこ煮 ハムとポテトのサラダ キャベツと油揚げの味噌汁 ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	まぐろカツ タルタルソース 青菜と白菜のぼん酢がけ グレープフルーツルビー ワカメスープ ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」	かに玉 鶏唐揚げ マカロニとレタスのサラダ 豚バラと大根のスープ ライス中(210g) 選べる一品「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	塩レモン唐揚げ 厚揚げと野菜の煮物 チョコムースと いちごチョコ 豚汁 ライス中(210g) 選べるドリンク「牛乳・豆乳・フルーツジュース」
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 928kcal 31.9g 38.9g 113.7g 5.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 835kcal 24.0g 30.5g 118.0g 2.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 957kcal 18.3g 41.3g 130.1g 3.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1000kcal 34.5g 33.2g 137.0g 5.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 878kcal 28.1g 33.3g 118.4g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 930kcal 28.1g 40.6g 115.5g 4.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 984kcal 32.0g 36.9g 135.1g 4.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン 小鉢 デザート スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー

* 食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

Weekly Menu



	1月31日 (月)	2月1日 (火)	2月2日 (水)	2月3日 (木)	2月4日 (金)	2月5日 (土)	2月6日 (日)
朝食	からふとマスの塩焼きだし 巻き玉子添え レンコンの 鶏そぼろあん	野菜とベーコンのスクランブル エッグ ハーフバナナ添え コーンとブロッコリーのマヨ ソース	鯖の塩焼き 小松菜の胡麻和 え添え 蒸し鶏とキャベツの 辛子醤油	ソーセージ&スクランブル エッグ パインアップル添え	鶏肉団子と野菜のトマト煮込 み	ほうれん草チーズオムレツと コロケ オレンジ添え	卵と野菜のピーマン炒め
	小松菜となめこの味噌汁	パンプキンスープ	玉葱と油揚げの味噌汁	ベーコンとキャベツのスープ	巻麩と三つ葉の味噌汁	牧場の朝ヨーグルト	ほうれん草のナムル
	ライス中(210g)	パン	ライス中(210g)	パン	ライス中(210g)	パン	ライス中(210g)
	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 563kcal 23.8g 8.3g 96.4g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 485kcal 14.9g 22.6g 55.3g 2.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 748kcal 29.7g 27.4g 94.2g 4.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 571kcal 24.3g 31.2g 48.9g 4.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 722kcal 19.0g 13.8g 133.8g 3.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 458kcal 14.2g 15.5g 65.8g 3.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 744kcal 26.3g 23.6g 107.3g 4.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
昼食	牛肉とごぼうの マスタードソース炒め	赤魚の照り焼き	鶏の唐揚げ オーロラソース	海老と玉子の中華炒め	人気メニュー 煮込みハンバーグ	チキンカツチーズ焼き トマトクリームソース	
	茹で野菜のゴマ風味	かぼちゃのコロケ	だし巻き卵	鶏唐揚げ	ハムとチーズのサラダ	菜の花のゴマ和え	
	大根とワカメの味噌汁	焙煎のりとキャベツの味噌汁	バジプロス コンソメスープ	ワカメスープ	12種野菜のスープ	わかめと玉葱の味噌汁	
	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 742kcal 18.7g 21.8g 122.8g 3.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 692kcal 25.0g 14.5g 113.6g 3.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 987kcal 29.1g 53.3g 105.2g 6.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 859kcal 34.4g 31.7g 109.6g 6.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 832kcal 28.0g 23.5g 130.5g 5.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 810kcal 28.6g 29.3g 109.6g 4.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	
メイン小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	
丼・麺	冬の 麺フェア 豆乳担々うどん	カレー ビーフカレー	冬の 麺フェア 冬野菜あんかけ 生姜うどん	カレー エッグドライカレー	あったか ラーメン スタミナ味噌ラーメン		豚の角煮丼
	茹で野菜のゴマ風味	かぼちゃのコロケ	だし巻き卵	鶏唐揚げ	ハムとチーズのサラダ		とろろ豆腐
		選べる! 味噌汁 or パックジュース		ワカメスープ			キャベツと油揚げの味噌汁
	ライス中(210g)		ライス中(210g)		ライス中(210g)		ライス中(210g)
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 806kcal 24.7g 32.3g 101.1g 9.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1123kcal 22.4g 28.4g 199.5g 2.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 708kcal 22.1g 22.3g 106.1g 10.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1217kcal 35.6g 34.8g 194.7g 4.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 694kcal 28.6g 21.9g 92.7g 11.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 805kcal 27.1g 35.1g 86.5g 2.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢 スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	
夕食	海老チリソース ミニ春巻添 え	チキンのきのこクリームソー ス	ヒレカツのマスタード デミソース	グリルチキン ベーコンオニオンソース	豚肉の生姜焼き	白身魚の コーンマヨ焼き	黒毛和牛メンチかつ デミソース
	茹で豚の中華胡麻だれ	オニオンフライ	れんこんポテトサラダ	コーンサラダ	ポテトの醤油バター風味	チキンナゲット	スパゲティと玉葱のサラダ
	春雨サラダ	ココアワッフル	愛玉子(オウギョウチィ)	ミニエクレア	ぶどうのゼリー	トマトのイタリアンサラダ	キウイ
	中華コーンスープ	ほうれん草と玉葱のカレースープ	トマトスープ	もやしとインゲンの味噌汁	長葱と油揚げの味噌汁	小松菜のミルクスープ	大根とワカメの味噌汁
	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1047kcal 25.2g 43.0g 142.9g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 908kcal 21.7g 37.0g 125.5g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 858kcal 24.0g 23.0g 144.1g 4.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1069kcal 38.2g 50.0g 121.0g 4.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 959kcal 24.1g 38.2g 133.4g 3.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 957kcal 30.2g 34.0g 135.3g 4.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1113kcal 20.1g 56.2g 135.6g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢 デザート スープ ライス	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー

*表示価格は税込です。*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

Weekly Menu



	2月7日 (月)	2月8日 (火)	2月9日 (水)	2月10日 (木)	2月11日 (金)	2月12日 (土)	2月13日 (日)
朝食	ソーセージとほうれん草の玉子ソテー バナナ添え	鯖の味噌煮 小松菜添え	ハム&スクランブルエッグ グレープフルーツ添え	鶏すき煮豆腐	カレーの塩焼きと玉子焼き	ベーコンエッグとパイナップル添え	鶏もも肉の照焼
	ポテトとアボカドのマヨネーズ和え	照焼チキンのマヨサラダ	ごぼうのツナ和え	ブロッコリーのゴマ和え	コンニャクごぼう	春雨サラダ	大根サラダ
	ハムとキャベツのスープ	わかめと玉葱の味噌汁	大麦小麦のコーンスープ	キャベツとえのきの味噌汁	豆腐とワカメの味噌汁	12種野菜のスープ	もやしと油揚げの味噌汁
	トースト	ライス中(210g)	トースト	ライス中(210g)	ライス中(210g)	トースト	ライス中(210g)
	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」	選べるドリンク「牛乳・フルーツジュース」	選べる一品 「納豆・味付け海苔・ふりかけ」
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 677kcal 23.2g 42.3g 49.9g 4.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 677kcal 26.6g 22.7g 94.5g 2.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 580kcal 24.3g 28.0g 55.1g 4.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 606kcal 23.4g 12.1g 103.8g 4.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 564kcal 26.8g 8.5g 96.1g 3.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 508kcal 21.6g 26.7g 53.0g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 709kcal 33.0g 23.6g 93.4g 3.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
昼食	まぐろハンバーグとポーク焼肉	チーズNハンバーグカレー	白身魚の細切り野菜 甘酢あんかけ	牛肉甘辛煮		味噌ヒレカツ	日本唐揚協会認定【福岡】鶏の唐揚げ 明太マヨソース
	水菜と豆腐のサラダ	ミックスサラダとバニラアイス さつま芋添え	もやしとニラの香味だれ和え	里芋の胡麻 おかか和え		そぼろ肉じゃが	ミックスサラダとバニラアイス さつま芋添え
	野菜スープ	ベジブロス コンソメスープ	ポテトと人参のスープ	豚汁		巻麩と三つ葉の味噌汁	大根とワカメの味噌汁
	ライス中(210g)	定食メニュー 選手権より選抜メニュー 「スタミナ付けようガッツリ定食」	ライス中(210g)	ライス中(210g)		ライス中(210g)	ライス中(210g)
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 716kcal 29.1g 19.4g 110.1g 5.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1181kcal 30.0g 33.0g 204.6g 7.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 724kcal 23.4g 15.1g 123.7g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 795kcal 21.5g 25.9g 123.3g 5.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 809kcal 29.3g 21.3g 127.5g 6.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 614kcal 29.9g 40.7g 31.7g 3.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
丼・麺	カレー フランクフルトカレー	肉ねぎうどん	人気メニュー ソース焼きそば 目玉焼き添え	熊本 黒とんこつラーメン	ハッシュドビーフ丼 温玉添え		
	水菜と豆腐のサラダ	こんにゃくと野菜の煮物	もやしとニラの香味だれ和え	里芋の胡麻 おかか和え	ほうれん草と かぼちゃのソテー		
	野菜スープ				ベーコンと野菜スープ		
	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)		
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 933kcal 31.3g 41.2g 114.3g 6.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 854kcal 26.9g 11.0g 161.5g 6.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 766kcal 23.1g 22.6g 115.4g 9.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1087kcal 31.7g 30.6g 169.2g 7.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 933kcal 27.5g 37.2g 125.6g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに		
メイン小鉢	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー
夕食	鶏肉の葱塩だれ	ビーフシチュー	豚肉野菜巻きフライとハンバーグ	かつ煮	鶏肉のチーズピカタ	カニクリームコロッケ タルタルソース	オムライス ビーフデミグラスソース
	牛肉と筍の味噌炒め	ハムとチーズのサラダ	キャベツのクリーミー胡麻和え	いんげんと白滝の柚子しょうゆ	れんこんのカレーマヨ和え	かぼちゃとベーコンの和風煮	トマトのイタリアンサラダ
	ぶどうのゼリー	なめらかプリン	オレンジ	白玉ぜんざい	ハーフバナナ	チョコムース風	ココアワッフル
	玉葱と油揚げの味噌汁	ジュリアン野菜スープ	豆腐となめこの味噌汁	ごぼうの味噌汁	5種豆と5穀のスープ	味噌けんちん汁	小松菜のミルクスープ
	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)	ライス中(210g)
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1033kcal 54.7g 34.0g 126.3g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 716kcal 17.8g 25.9g 104.3g 2.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 593kcal 15.7g 15.9g 100.1g 2.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1038kcal 31.3g 27.0g 169.6g 5.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 810kcal 31.3g 27.0g 112.8g 3.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1407kcal 22.5g 79.1g 156.2g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 1303kcal 35.0g 44.5g 194.6g 6.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに
メイン小鉢	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー	アレルギー アレルギー アレルギー アレルギー

*表示価格は税込です。*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。