

		【月】6.14	【火】6.15	【水】6.16	【木】6.17	【金】6.18	【土】6.19	【日】6.20
朝食	和定食	とろろ厚揚げ大根煮	たらの西京焼	半熟卵 京風がんも	納豆 金平れんこん	冷奴 ツナとひじきの煮物	とろろ キャベツフレーク炒め	赤魚の煮付
		326kcal 塩1.6g 炭31.3g 脂14.2g 炭31.3g 脂17.5g 炭14.2g	223kcal 塩1.1g 炭10.8g 脂8.1g 炭10.8g 脂25.3g 炭10.8g	303kcal 塩1.0g 炭13.2g 脂18.5g 炭13.2g 脂17.6g 炭13.2g	261kcal 塩1.1g 炭40.5g 脂7.6g 炭40.5g 脂7.7g 炭40.5g	294kcal 塩2.1g 炭20.9g 脂15.1g 炭20.9g 脂20.4g 炭20.9g	290kcal 塩1.7g 炭34.1g 脂9.7g 炭34.1g 脂17.0g 炭34.1g	244kcal 塩2.1g 炭14.7g 脂10.4g 炭14.7g 脂21.3g 炭14.7g
		●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●
昼食	昼定食	揚げ鶏コチュジャンソースの煮浸し	熟成ロースかつ にんにくの芽とベーコン炒め	ジャアジャア麺 カ香味フライ	*食育の日* 中華あんハンバーグ ウィンナー玉子炒め	鶏の七味焼き 里芋の煮ころがし	他人丼 法連草のごまよごし	冷やし中華 中華チリ春巻き
		510kcal 塩3.4g 炭26.2g 脂33.0g 炭26.2g 脂22.3g 炭26.2g	440kcal 塩2.7g 炭32.5g 脂24.4g 炭32.5g 脂19.5g 炭32.5g	723kcal 塩5.4g 炭97.1g 脂24.0g 炭97.1g 脂24.6g 炭97.1g	578kcal 塩5.3g 炭38.5g 脂35.9g 炭38.5g 脂26.5g 炭38.5g	394kcal 塩3.9g 炭39.3g 脂16.8g 炭39.3g 脂19.1g 炭39.3g	744kcal 塩3.3g 炭108.8g 脂21.3g 炭108.8g 脂22.7g 炭108.8g	690kcal 塩2.5g 炭97.3g 脂24.3g 炭97.3g 脂22.5g 炭97.3g
		●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●
夕食	夕定食	豚の梅味噌焼き きのこコーンレモンバター炒め	ハヤシライス レタスツナサラダ	ポークチャップ 大根サラダ	豚のパン粉ソース 青菜炒め	チャブチェ ハムカツ	とんてき かぼちゃロール	鶏の味噌マヨ焼き 昆布と大豆の田舎煮
		421kcal 塩2.7g 炭11.6g 脂33.6g 炭11.6g 脂16.4g 炭11.6g	882kcal 塩3.8g 炭121.1g 脂33.9g 炭121.1g 脂16.7g 炭121.1g	415kcal 塩3.2g 炭23.2g 脂26.4g 炭23.2g 脂18.4g 炭23.2g	428kcal 塩1.8g 炭19.3g 脂27.8g 炭19.3g 脂22.4g 炭19.3g	571kcal 塩3.9g 炭44.8g 脂19.4g 炭44.8g 脂19.5g 炭44.8g	677kcal 塩3.8g 炭34.6g 脂48.9g 炭34.6g 脂22.2g 炭34.6g	439kcal 塩4.3g 炭36.3g 脂19.4g 炭36.3g 脂28.4g 炭36.3g
		●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●	●●●●●●●●●●

※朝食のメニューには牛乳の成分値が含まれています。
 ※ご飯・汁物の成分値は含まれておりません。(ご飯一膳:420kcal 味噌汁:39kcal 塩分1.5g)
 ※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。予めご了承下さい。

アレルギー表示について
 ●…原材料の一部に含まれる場合 ※落=落花生
 ▲…微量混入の可能性のある場合



