

		【月】 9.27	【火】 9.28	【水】 9.29	【木】 9.30	【金】 10.1	【土】 10.2	【日】 10.3	
朝食	朝定食						とろろ 山菜信田煮	半熟卵 キャベツのフレーク煮	鯖の味噌煮
							324kcal 塩2.2g 卵17.1g 脂13.4g 炭33.5g	294kcal 塩1.4g 蛋20.0g 脂15.5g 炭17.6g	347kcal 塩1.1g 蛋23.2g 脂20.2g 炭15.6g
昼食	昼定食						エビカツタルタルソース れんこんと牛肉の金平	豚丼 白菜の梅和え	ちくわうどん 鶏とこんにゃくの甘辛煮
							471kcal 塩3.0g 蛋16.7g 脂13.4g 炭41.8g	985kcal 塩4.8g 蛋24.3g 脂42.9g 炭116.9g	511kcal 塩8.3g 蛋21.2g 脂12.2g 炭76.1g
夕食	夕定食						回鍋肉 焼餃子	鶏肉しそ天ぶら さつま芋の煮物	牛肉の塩だれ炒め イカ香味フライ
							517kcal 塩2.6g 蛋15.9g 脂31.0g 炭40.0g	434kcal 塩2.0g 蛋10.2g 脂24.0g 炭44.7g	597kcal 塩2.4g 蛋18.7g 脂45.3g 炭24.0g

※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
 ▲…微量混入の可能性がある場合



		【月】 10.25	【火】 10.26	【水】 10.27	【木】 10.28	【金】 10.29	【土】 10.30	【日】 10.31
朝食	和定食	半熟卵 筑前煮	アジの漬け焼	とろろ ちくわの金平	冷奴 ピリ辛こんにゃく	納豆 野菜高野	いわしの梅煮	半熟卵 おふくろ巾着
		398kcal 塩1.4g 炭29.3g 卵21.1g 脂21.2g	254kcal 塩1.3g 炭16.3g 卵22.4g 脂11.7g	336kcal 塩2.6g 炭43.8g 卵14.6g 脂11.0g	200kcal 塩1.1g 炭28.2g 卵5.8g 脂7.3g	272kcal 塩1.6g 炭21.6g 卵17.3g 脂13.1g	309kcal 塩2.2g 炭19.0g 卵28.9g 脂12.5g	426kcal 塩3.5g 炭25.0g 卵23.7g 脂23.5g
		●●●	●●	●●●	●●	●●●	●●●	●●●
昼食	昼定食	ガリバタチキン ジャーマンポテト	鶏肉のバジル焼 もやしチャンプルー	台湾ラーメン風から揚げ 里芋の煮っころがし	ミートスパゲティ 肉じゃがコロッセ	鶏肉のペペロン焼 野菜炒め	肉きしめん イカ香味フライ	豚丼(塩味) 菜の花と錦糸卵の辛子和え
		404kcal 塩2.8g 炭16.6g 卵19.8g 脂26.1g	497kcal 塩4.0g 炭12.8g 卵29.4g 脂35.0g	667kcal 塩4.9g 炭53.0g 卵29.3g 脂36.7g	679kcal 塩3.5g 炭93.8g 卵21.6g 脂22.2g	380kcal 塩3.7g 炭28.4g 卵18.6g 脂20.2g	632kcal 塩7.2g 炭78.9g 卵21.4g 脂24.5g	991kcal 塩5.0g 炭119.3g 卵26.3g 脂41.6g
		●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●
夕食	夕定食	鯖の竜田揚げ 甘酢あん 高野豆腐の煮物	牛すじカレー グリーンサラダ	豚肉の梅味噌焼 春雨のゴマドレ和え	★スペシャル★ 牛ステーキ カリカレー タージュンスープ パンキンババロア	豚肉の南部焼 アスパラとベーコン炒め	鶏肉ときのこの辛味炒め 肉焼売	鶏肉のタルタル焼 角麩の煮物
		563kcal 塩4.6g 炭56.4g 卵23.1g 脂37.2g	983kcal 塩5.6g 炭130.1g 卵27.9g 脂37.4g	377kcal 塩2.4g 炭23.6g 卵17.2g 脂22.6g	698kcal 塩3.8g 炭31.0g 卵28.7g 脂49.6g	419kcal 塩1.5g 炭8.0g 卵17.2g 脂34.7g	473kcal 塩3.9g 炭30.1g 卵22.8g 脂29.2g	492kcal 塩2.5g 炭16.2g 卵26.2g 脂33.0g
		●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●	●●●

※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
- ▲…微量混入の可能性のある場合
- ※落=落花生



日本ゼネラルフード株式会社