

日	6月26日 (月)	6月27日 (火)	6月28日 (水)	6月29日 (木)	6月30日 (金)	7月1日 (土)	7月2日 (日)
曜日	お茶漬けの日		シリアルの日				
朝食	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 照焼き肉団子 キャベツとチャーシューの中華和え もやしと油揚げの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(お茶漬け) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 鯖の塩焼き きんぴらごぼう 大根とわかめの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 肉野菜炒め 春巻 チンゲン菜と玉葱の中華スープ 森永ビクニック(ストロベリー)	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー フランクフルト ブロッコリーの和風マスタード和え トマトスープ 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ミックススクランブル ベーコン 大根と油揚げの味噌汁 牛乳・シリアル	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ほうれん草オムレツ ウインナー マカロニと野菜のスープ 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー キャベツメンチカツ ツナポテサラダ コーンと玉葱のスープ 牛乳
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	792 21.5 19.3 137.1 2.8	784 22.5 20.9 129.1 2.2	803 16.2 20.0 143.7 2.0	781 19.8 21.8 131.9 2.6	794 24.7 25.7 128.5 2.9	798 24.6 20.6 133.7 3.0	907 25.2 27.7 146.0 3.3
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
	Bセット 534 20.2 22.7 62.4 3.6	Bセット 526 21.2 24.3 54.4 3.0	Bセット 545 14.9 23.4 69.0 2.8	Bセット 523 18.5 25.2 57.2 3.4	Bセット 504 21.2 34.8 35.2 3.4	Bセット 540 23.3 24.0 59.0 3.8	Bセット 649 23.9 31.1 71.3 4.1
アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	
昼食	Aセット 厚揚げと挽肉の中華炒め 青梗菜のお浸し ライス キャベツとわかめの味噌汁 Bセット 鶏天丼 青梗菜のお浸し キャベツとわかめの味噌汁	Aセット 揚げ餃子の野菜甘酢あんかけ 粉ふき芋の肉味噌かけ ライス チンゲン菜と玉葱の中華スープ Bセット 蒸し鶏とオクラの冷し中華 粉ふき芋の肉味噌かけ ライス	Aセット 鶏の照り焼き なすとパプリカの揚げたまし ライス 大根とわかめの味噌汁 Bセット ブルコギ丼 なすとパプリカの揚げたまし 大根とわかめの味噌汁	Aセット ハムマヨサラダフライと鶏唐揚げ かぼちゃのいとこ煮 ライス キャベツと油揚げの味噌汁 Bセット 担々うどん かぼちゃのいとこ煮 ライス	Aセット 牛焼肉と豆腐ハンバーグ パンパンジー(樺夕霧) ライス 巻麩とワカメのすまし汁 Bセット 6月行事食 夏越しご飯 パンパンジー(樺夕霧) 巻麩とワカメのすまし汁	Aセット 鶏もも焼きのレモンソース ミニサラダ(ツナ) ライス 野菜スープ Bセット	Aセット キムチ焼きうどん 肉団子の旨煮 もやしと人参のスープ ライス
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	947 37.0 31.0 133.7 6.0	983 20.0 24.4 173.4 4.3	971 34.7 36.9 129.1 4.7	938 27.8 22.4 161.2 4.3	865 25.0 25.7 138.0 3.7	878 36.4 24.1 132.7 3.9	
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	
	Bセット 1049 38.3 37.3 142.8 5.3	Bセット 857 29.9 10.1 160.3 7.5	Bセット 742 19.3 26.7 109.5 4.0	Bセット 986 23.5 26.3 163.4 9.4	Bセット 883 22.2 20.9 146.8 3.2	Bセット	Bセット 844 26.6 18.9 140.4 3.8
アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン		アレルゲン	
夕食	Aセット ハンバーグとクリームコロッケ ブロッコリーのおかか和え ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット (冷)肉ねざうどん ブロッコリーのおかか和え ライス	Aセット チキンの香味揚げ キムチ冷奴 ライス キャベツと油揚げの味噌汁 Bセット 夏野菜カレー ミニサラダ(コーン) キャベツと油揚げの味噌汁	Aセット ポークソテーオニオンソース ツナキャベツ ライス 野菜スープ Bセット ミートソースパグティ ツナキャベツ ライス 野菜スープ	Aセット グリルチキン カレー風味 さつま芋のはちみつバター風味 ライス チンゲン菜ともやしの中華スープ Bセット 豚肉の生姜焼き丼 さつま芋のはちみつバター風味 チンゲン菜ともやしの中華スープ	Aセット 鯖のコーンマヨ焼き にらともやしのチャンブルー ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット	Aセット 豚肉の南蛮焼き 肉入りコロッケ ライス 大根とわかめの味噌汁 Bセット	Aセット 白身魚と野菜の南蛮漬け 切干大根の中華和え ライス キャベツともやしの味噌汁 Bセット
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	935 23.6 27.4 152.5 4.5	1021 41.6 32.8 144.1 3.7	978 28.5 28.7 153.7 3.9	941 34.6 29.1 140.2 2.3	1,136 29.3 52.0 135.6 3.3	980 30.4 31.1 147.7 4.7	750 22.9 11.5 140.6 4.3
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
	Bセット 734 23.9 9.5 136.8 4.7	Bセット 810 16.0 23.2 141.5 3.7	Bセット 832 20.0 21.6 138.9 3.9	Bセット 843 25.2 23.0 139.1 2.4	Bセット	Bセット	Bセット
アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン			アレルゲン	

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。
 栄養価・アレルゲン表示には、自由選択の食品(ふりかけ・のり・ジャム・マーガリン・シリアル・お茶漬けの素・コンディメント等)は含まれておりません。ご不明な点は、従業員までお尋ねください。

日	7月3日 (月)	7月4日 (火)	7月5日 (水)	7月6日 (木)	7月7日 (金)	7月8日 (土)	7月9日 (日)
曜日		お茶漬けの日	セルフサンドの日		シリアルの日		
朝食	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 目玉焼き いんげんとベーコンのソテー 野菜スープ 牛乳	Aセット ご飯(お茶漬け) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 厚揚げのそぼろあん ブロッコリーのゴマ和え わかめとえのきの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー セルフサンド(卵サラダとハム) ウィンナー ミネストローネ 森永ビクニック(コーヒ-牛乳)	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ハムカツ マカロニサラダ じゃが芋とわかめの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 肉団子のクリーム煮 フライドポテト 人参と玉葱のスープ 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ミックススクランブル チーズはんぺんフライ もやしと人参のスープ 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 牛肉コロッケ ベーコンとピーマンのソテー キャベツと玉葱のスープ 牛乳
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	681 182 12.6 131.2 2.4	814 27.1 19.6 136.3 3.0	1,079 30.8 27.1 181.8 4.8	924 24.5 25.2 154.2 3.2	853 20.7 22.2 147.3 4.6	861 24.4 26.6 134.2 2.0	828 18.8 24.7 143.3 2.7
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	Bセット 423 16.9 16.0 56.5 3.2	556 25.8 23.0 61.6 3.8	821 29.5 30.5 107.1 5.6	666 23.2 25.6 79.5 4.0	595 19.4 25.6 72.6 5.4	603 23.1 30.0 59.5 2.8	570 17.5 28.1 68.6 3.5
アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	
昼食	Aセット 鶏の唐揚げオーロラソース きゅうりともやしのにぎり辛和え ライス キャベツと大根の味噌汁 Bセット 麻婆豆腐飯&餃子 きゅうりともやしのにぎり辛和え キャベツと大根の味噌汁	Aセット たらのフリット 照りマヨソース シュウマイ ライス もやしと人参のスープ Bセット ツナとトマトだれの 冷し中華 シュウマイ ライス	Aセット 豆腐ハンバーグと焼きコロッケ キャベツとオクラの塩昆布和え ライス 油揚げと三つ葉のすまし汁 Bセット 親子丼 キャベツとオクラの塩昆布和え 油揚げと三つ葉のすまし汁	Aセット チキンと夏野菜のラタトゥイユ チーズサラダ ライス 野菜スープ Bセット 焼肉うどん チーズサラダ ライス	Aセット 豚しゃぶと野菜のおろしほん酢 枝豆と春雨の中華和え ライス キャベツとわかめの味噌汁 Bセット 7月7日 セタの日 キスと夏野菜の天丼 枝豆と春雨の中華和え キャベツとわかめの味噌汁	Aセット Bセット きのこのミートソーススパゲティ キャベツとベーコンのシーザー和え コンソメジュリアン ライス	Aセット Bセット 豚肉と野菜のソース焼きそば ほうれん草マヨぼんだれ チンゲン菜と大根の中華スープ ライス
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	1,106 35.0 51.2 130.2 3.4	962 29.6 25.4 154.5 3.6	866 19.0 25.3 144.5 3.8	932 36.2 32.0 130.2 3.5	824 28.4 21.7 134.1 4.6		
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	Bセット 959 29.9 28.9 148.1 6.0	853 32.6 8.6 159.6 6.4	846 30.8 21.9 133.4 4.5	943 23.8 29.9 143.2 5.9	834 17.4 17.5 156.4 3.9	1,003 21.1 35.5 156.5 5.1	858 28.0 22.2 146.5 5.1
アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	
夕食	Aセット 和風おろし豚焼肉 ごぼうの中華サラダ ライス もやしと油揚げの味噌汁 Bセット カレーうどん ごぼうの中華サラダ ライス	Aセット BBQチキン カニカマと胡瓜のスパゲティサラダ ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 7月 行事食 牛焼肉キムチ丼 カニカマと胡瓜のスパゲティサラダ じゃが芋と玉葱の味噌汁	Aセット スタミナ肉野菜炒め 五目巾着の煮物 ライス キャベツとえのきの味噌汁 Bセット チキン南蛮丼 五目巾着の煮物 キャベツとえのきの味噌汁	Aセット ヒレカツカレー ポテトサラダ コーンスープ キウイフルーツ	Aセット ミックスフライ チリコンカン ライス 人参とコーンの中華スープ Bセット	Aセット 豚挽肉と春雨のオイスターソース ごぼうのポテトサラダ ライス 玉葱と油揚げの味噌汁 Bセット	Aセット 鶏唐揚げとコロッケ キャベツの酢の物 ライス じゃが芋とわかめの味噌汁 Bセット
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	934 29.8 30.8 139.7 5.0	1,063 37.8 29.9 166.0 4.6	859 26.8 24.5 138.1 4.6	893 26.4 24.5 149.3 5.4	1,050 25.2 37.6 156.7 3.9	961 25.2 35.5 139.8 5.1	906 24.4 22.2 154.9 3.7
	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー	アレルギー
	Bセット 1,013 25.8 30.0 159.1 8.2	952 21.5 35.6 141.3 5.0	935 37.3 40.1 108.1 4.5				
アレルギー	アレルギー	アレルギー					

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。栄養価・アレルギー表示には、自由選択の食品(ふりかけ・のり・ジャム・マーガリン・シリアル・お茶漬けの素・コンディメント等)は含まれておりません。ご不明な点は、従業員までお尋ねください。

日 曜日	7月17日 (月)	7月18日 (火)	7月19日 (水)	7月20日 (木)	7月21日 (金)	7月22日 (土)	7月23日 (日)
		お茶漬の日	セルフサンドの日		シリアルの日		
朝食	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー かぼちゃ焼肉フライ マカロニサラダ 野菜スープ 牛乳	Aセット ご飯(お茶漬) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ブレンオムレツ ブロッコリーの和風マスタード和え 大根と油揚げの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー セルフサンド(焼きそばとポテトサラダ) キャベツサラダ コーンと玉葱のスープ 森永ビクニック(ストロベリー)	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー アジの塩焼き ごぼうとひじきのサラダ もやしとインゲンの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 豆腐ハンバーグ 青梗菜と油揚げの炒め じゃが芋と玉葱の味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 和風スクランブル チキンナゲット トマトスープ 牛乳	Aセット ご飯(海苔・ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー おさかなソーセージ きのこのスクランブルエッグ 大根とわかめの味噌汁 牛乳
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	830 18.5 20.9 146.9 1.9	684 19.0 12.0 129.5 1.9	939 19.7 11.3 194.9 3.8	748 26.5 14.9 130.1 3.5	779 22.2 17.6 137.8 3.3	803 25.6 20.6 132.1 2.1	909 27.1 30.6 134.7 3.5
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
	Bセット 572 17.2 24.3 72.2 2.7	426 17.7 15.4 54.8 2.7	681 18.4 14.7 120.2 4.6	490 25.2 18.3 55.4 4.3	521 20.9 21.0 63.1 4.1	545 24.3 24.0 57.4 2.9	651 25.8 34.0 60.0 4.3
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
昼食	Aセット 豚肉と野菜のオイスターソース炒め パンパンジー(棒タケ) ライス キャベツとわかめの味噌汁 Bセット	Aセット チキンストロガノフ 春巻 ライス もやしと人参のスープ 7月行事食 海の幸の胡麻だれ冷やし中華 春巻 ライス	Aセット 白身魚のフリット ジンジャーソース コボウサラダ ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット スタミナ丼 コボウサラダ じゃが芋と玉葱の味噌汁	Aセット 餃子の豆板醤ソースがけ 竹輪とわかめの和風マヨ和え ライス キャベツとえのきの味噌汁 Bセット	Aセット チキンの香草パン粉焼き 大学芋 ライス 大根とわかめの味噌汁 Bセット しっぽくうどん 大学芋 ライス	Aセット 肉団子と春雨のスープ煮 ベーコンとキャベツのシーザーサラダ ライス もやしと油揚げの味噌汁 Bセット	Aセット 鶏すき煮 大根の梅和え ライス チンゲン菜と玉葱の中華スープ Bセット
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	786 27.4 18.2 133.6 4.0	1,006 37.9 33.0 142.8 3.5	877 25.6 16.3 161.3 5.1	959 20.2 34.0 144.3 5.6	1,105 39.1 29.9 175.8 3.6	962 22.5 36.2 145.6 6.0	953 43.9 27.2 138.0 4.7
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット
	931 25.9 19.4 161.3 7.9	754 20.9 15.1 139.3 3.6	980 28.1 16.9 178.9 7.0	867 17.6 23.0 152.7 3.4	881 26.0 29.0 134.7 4.2	959 24.5 28.5 154.2 4.6	
アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	
夕食	Aセット 鶏肉のカレー風味揚げ さつま芋ダイスサラダ ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット	Aセット 茹で豚と夏野菜のねぎソース クリーミーコロッケ ライス コーンスープ ハンバーグカレー ミニサラダ(海藻) コーンスープ	Aセット ビックメンチカツ キュウリの中華和え ライス 大根とわかめの味噌汁 Bセット	Aセット 鶏肉のマヨネーズチーズ焼き ジャーマンポテト ライス 野菜スープ Bセット	Aセット 茄子味噌炒めと焼売 切干大根の炒め煮 ライス チンゲン菜の中華スープ Bセット	Aセット 豚肉のねぎ塩焼き ひじきサラダ ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット	Aセット チキンカツ胡麻ソース 蓮根の中華和え ライス キャベツとえのきの味噌汁 Bセット
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	927 37.1 28.4 134.5 2.9	1,000 26.8 35.1 148.4 5.0	1,081 22.2 40.5 161.4 3.5	1,098 36.3 48.1 138.2 3.2	867 17.6 23.0 152.7 3.4	881 26.0 29.0 134.7 4.2	959 24.5 28.5 154.2 4.6
	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン	アレルゲン
	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット	Bセット
	762 21.2 24.8 119.4 5.3						
アレルゲン	アレルゲン						

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。
 栄養価・アレルゲン表示には、自由選択の食品(ふりかけ・のり・ジャム・マーガリン・シリアル・お茶漬の素・コンディメント等)は含まれておりません。ご不明な点は、従業員までお尋ねください。

