

Calendar header for 7月1日 (月) to 7月7日 (日)

Breakfast menu (朝食) for 7月1日 to 7月7日, including items like ご飯, パン, ミートオムレツ, チリコンカン, and nutritional data.

Lunch menu (昼食) for 7月1日 to 7月7日, including items like 豚しゃぶのピリ辛サラダ仕立て, マカロニサラダ, チキンソースかつ丼, シーフードカレー, and nutritional data.

Dinner menu (夕食) for 7月1日 to 7月7日, including items like インド風タンドリーチキン, 鶏肉のソテー, たらざんぎ, ポークソテー, ミックスフライ, ハムカツ, and nutritional data.

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。...

Table with 7 columns for dates: 7月8日 (月), 7月9日 (火), 7月10日 (水), 7月11日 (木), 7月12日 (金), 7月13日 (土), 7月14日 (日). Includes sub-headers for themes like 'お茶漬の日', '納豆の日', '焼きたてパンの日'.

Breakfast menu table with 7 columns corresponding to the dates. Each column lists breakfast items (e.g., ご飯, パン, チキンナゲット) and provides nutritional information (E, P, F, C, S kcal) for Aセット, Bセット, and Cセット.

Lunch menu table with 7 columns. Each column lists lunch items (e.g., ポークラタトゥイユ, ハムとブロッコリーのマヨソース) and provides nutritional information for A, B, and C sets. Includes icons for 'パバ' and '栄葉土おすすめ'.

Dinner menu table with 7 columns. Each column lists dinner items (e.g., ホキのカレーマヨ焼き, サラダバー, 中華丼) and provides nutritional information for A, B, and C sets. Includes a 'SPECIAL' section for '野菜キーマカレー'.

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:塩価相当量
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・お茶漬の糸・コンディメント等）は含まれておりません。...

# ★ Weekly Menu



日	7月15日 (月)	7月16日 (火)	7月17日 (水)	7月18日 (木)	7月19日 (金)	7月20日 (土)	7月21日 (日)
曜日			納豆の日	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 ウインナー 和風マカロニサラダ 野菜スープ 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 かぼちゃ焼肉フライ ハムと野菜のカレー炒め わかめと玉ねぎの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(納豆・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 ポテトサラダ ごぼうとえきの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯(お茶漬け・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 ピーマン肉詰めフライ 白菜と油揚げのさっと煮 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)・シリアル AB共通メニュー ミートオムレツ ごぼうの中華サラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 森永ビクニック(ストロベリー) 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 照焼き肉団子 ほうれん草のおかか和え ごぼうと白菜の味噌汁 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 インゲンの胡麻マヨ和え 玉ねぎと大根の味噌汁 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
	Aセット 882 23.7 140.9 3.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 828 19.7 21.2 144.7 2.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 759 18.2 18.1 135.9 2.3 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 774 19.9 17.4 139.3 2.3 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 733 15.9 12.3 144.3 2.6 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 755 21.4 15.1 137.4 2.8 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 826 19.5 25.0 136.2 2.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎
	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー
	Cセット 602 22.1 30.3 60.6 4.0 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 548 18.1 24.7 64.4 3.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 479 16.6 21.6 55.6 2.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 494 18.3 20.9 59.0 2.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 453 14.3 15.8 64.0 3.2 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 475 19.8 18.6 57.1 3.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 546 17.9 28.5 55.9 3.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎
昼食	Aセット チキンソテー 黒胡椒ソース 大根ときゅうりのごま和え ライス チンゲン菜とまやし中華スープ Bセット	Aセット ハンバーグ ジンジャーソース えんどう豆の中華和え ライス コーンと玉葱のスープ Bセット 味噌カツ丼 えんどう豆の中華和え コーンと玉葱のスープ Cセット 牛すじカレー えんどう豆の中華和え コーンと玉葱のスープ	Aセット カツオカツとチキンカツ ポテトの明太ソース ライス 玉葱と油揚げの味噌汁 Bセット 鶏南蛮うどん ポテトの明太ソース ライス Cセット キーマカレー ポテトの明太ソース 玉葱と油揚げの味噌汁	世界の料理 Aセット チキンパブ キャバツと人参の辛子醬油 ライス 野菜のスープ Bセット のり弁風丼 キャバツと人参の辛子醬油 野菜のスープ Cセット フランクフルトカレー キャバツと人参の辛子醬油 野菜のスープ	Aセット 八宝菜 おくらとえきのお浸し ライス わかめスープ Bセット 3色丼 おくらとえきのお浸し わかめスープ Cセット エビフライカレー おくらとえきのお浸し わかめスープ	Aセット チキンカツデミトマトソース 春の3種の豆のシーザー和え ライス ポテトと玉ねぎのスープ Bセット Cセット	Aセット Cセット ベーコンとそら豆のレモンクリームパスタ キャバツ・ツナコーン炒め 野菜スープ C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
	Aセット 913 34.5 28.4 133.8 3.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 898 25.8 16.8 165.0 5.2 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 977 21.2 32.6 153.9 3.3 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 878 34.4 28.6 125.7 3.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 720 24.8 13.5 129.8 4.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 836 22.2 19.2 147.8 2.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 977 28.3 26.8 159.1 4.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎
	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー
	Cセット 717 17.2 17.7 125.1 4.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 621 17.6 14.5 110.5 4.3 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 788 17.8 27.7 122.0 4.8 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 718 16.7 21.2 116.5 4.7 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 733 21.2 20.6 115.9 4.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 685 12.2 21.2 117.0 5.2 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 977 28.3 26.8 159.1 4.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎
夕食	Aセット 揚げ餃子の四川ソース 青菜と高野豆腐の煮浸し ライス ごぼうと油揚げの味噌汁 Bセット	Aセット 鶏肉のチーズパン粉焼 さつまいもと大根の煮物 ライス もやしとインゲンの味噌汁 Bセット (冷)焼肉うどん さつまいもと大根の煮物 ライス	Aセット 鰯の味噌煮 サラダバー ライス 大根と三つ葉のすまし汁 Bセット ブルコギ丼 サラダバー 大根と三つ葉のすまし汁	Aセット 牛肉の五目炊き合わせ レンコン入り焼売 ライス もやしと油揚げの味噌汁 Bセット 豚バラ辛ねぎラーメン レンコン入り焼売 ライス	Aセット ミックスフライ ひじき煮 ライス 小松菜と玉ねぎの味噌汁 Bセット	Aセット 鶏肉とキャバツのガリパスタ炒め スパゲッティサラダ ライス わかめとえきの味噌汁 Bセット	Aセット ヒレカツ 切干大根の炒め煮 ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 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
	Aセット 850 21.9 17.8 152.0 5.7 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 860 36.6 21.9 133.8 3.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 910 27.6 24.8 142.5 3.9 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 860 25.0 22.7 141.3 4.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 994 20.9 33.9 156.4 4.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 1,018 37.1 38.3 141.4 3.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Aセット 779 20.7 13.6 147.6 4.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎
	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー	Bセット アレルギー
	Cセット 891 26.3 18.4 158.1 6.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 703 18.3 20.4 114.7 3.2 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 863 31.9 16.4 144.8 8.7 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 863 31.9 16.4 144.8 8.7 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 994 20.9 33.9 156.4 4.4 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 1,018 37.1 38.3 141.4 3.5 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎	Cセット 779 20.7 13.6 147.6 4.1 kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎

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。  
 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。  
 アレルギ表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。



# ★ Weekly Menu



日	7月29日 (月)	7月30日 (火)	7月31日 (水)	8月1日 (木)	8月2日 (金)	8月3日 (土)	8月4日 (日)
曜日	シリアルの日	お茶漬けの日	納豆の日				

朝食	Aセット				Aセット				Aセット			
	ご飯(海苔・ふりかけ)				ご飯(お茶漬け・海苔・ふりかけ)				ご飯(納豆・海苔・ふりかけ)			
	Bセット				Bセット				Bセット			
	パン(ジャム・マーガリン)・シリアル				パン(ジャム・マーガリン)				パン(ジャム・マーガリン)			
	AB共通メニュー				AB共通メニュー				AB共通メニュー			
	ミートオムレツ				照焼き肉団子				ハムポテトサラダフライ			
	スバグティと玉葱のサラダ				かぼちゃサラダ				キャベツとツナのコンソメソテー			
	野菜スープ				わかめと油揚げの味噌汁				もやしとねぎの味噌汁			
	牛乳				牛乳				牛乳			
	E P F C S				E P F C S				E P F C S			
Aセット				Aセット				Aセット				
767 18.3 18.4 136.5 2.2				834 20.8 19.5 148.8 3.0				766 20.4 17.1 137.7 2.4				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				
Bセット				Bセット				Bセット				
487 16.7 21.9 56.2 2.8				554 19.2 23.0 68.5 3.6				486 18.8 20.6 57.4 3.0				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				

昼食	Aセット				Aセット				Aセット			
	豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ風				鶏肉の葱おろしだれ				イタリアンハンバーグステーキ			
	ブロッコリーのチーズおかか和え				もやしときくらげの中華和え				きんぴらごぼう			
	ライス				ライス				ライス			
	チンゲン菜と玉葱の中華スープ				白菜とじゃが芋の味噌汁				キャベツと人参のスープ			
	Bセット				Bセット				Bセット			
	しらす丼				豚バラ辛ねぎ塩ラーメン				チキンソースかつ丼			
	ブロッコリーのチーズおかか和え				もやしときくらげの中華和え				きんぴらごぼう			
	チンゲン菜と玉葱の中華スープ				ライス				キャベツと人参のスープ			
	Cセット				Cセット				Cセット			
メンチカツカレー				牛すじカレー				ハヤシライス				
ブロッコリーのチーズおかか和え				もやしときくらげの中華和え				きんぴらごぼう				
チンゲン菜と玉葱の中華スープ				白菜とじゃが芋の味噌汁				キャベツと人参のスープ				
E P F C S				E P F C S				E P F C S				
Aセット				Aセット				Aセット				
749 29.2 17.2 123.2 3.1				890 35.2 26.9 130.5 5.8				887 26.0 23.0 148.2 5.2				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				
Bセット				Bセット				Bセット				
519 20.2 6.5 94.8 5.8				742 26.4 10.0 135.5 8.3				689 15.2 16.3 123.7 5.2				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				
Cセット				Cセット				Cセット				
816 16.8 30.5 123.8 5.1				602 17.8 13.4 108.1 4.0				693 13.9 20.5 117.2 5.6				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				

~夏休み~
   
 学生の皆さん
   
 前学期お疲れ様でした!
   
 暑さに負けず、楽しんで下さいね!!

夕食	Aセット				Aセット			
	鶏天				たらの麻婆ソース			
	サラダバー				おくらとワカメの酢の物			
	ライス				ライス			
	ごぼうとえのきの味噌汁				小松菜と大根の中華スープ			
	Bセット				Bセット			
	冷やしきつねうどん				チンジャオロース丼			
	サラダバー				おくらとワカメの酢の物			
	ライス				小松菜と大根の中華スープ			
	E P F C S				E P F C S			
Aセット				Aセット				
895 36.6 25.6 134.3 3.6				799 25.4 17.3 138.1 4.8				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
アレルギー				アレルギー				
● ● ● ● ●				● ● ● ● ●				
Bセット				Bセット				
769 17.8 8.3 154.7 4.1				687 16.7 15.7 123.4 3.8				
kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				kcal ㎎ ㎎ ㎎ ㎎				
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。  
 アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。