

日	3月24日 (月)	3月25日 (火)	3月26日 (水)	3月27日 (木)	3月28日 (金)	3月29日 (土)	3月30日 (日)
---	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

朝食						Aセット ご飯 Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー ミートオムレツ ひじきと白滝の煮付け キャベツともやし味噌汁 牛乳	Aセット ご飯 Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー ビーマン肉詰めフライ 里芋の彩りあんかけ キャベツと油揚げ味噌汁 牛乳
						E P F C S kcal 698 19.1 11.6 135.2 2.8 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 746 18.2 15.3 138.9 2.1 アレルゲン ● ● ● ● ●
						Bセット 420 kcal アレルゲン ● ● ● ● ●	Bセット 468 kcal アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 698 19.1 11.6 135.2 2.8 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 746 18.2 15.3 138.9 2.1 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 698 19.1 11.6 135.2 2.8 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 746 18.2 15.3 138.9 2.1 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 698 19.1 11.6 135.2 2.8 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 746 18.2 15.3 138.9 2.1 アレルゲン ● ● ● ● ●

昼食	<h1>春休み</h1>					Aセット 豚肉の甘辛炒め 小松菜のお浸し ライス 大根とわかめの味噌汁	Aセット 揚げ餃子の野菜甘酢あんかけ じゃがいものカレー炒め ライス もやしといんげんの味噌汁
						E P F C S kcal 744 22.6 13.6 134.0 4.4 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 930 18.1 22.3 166.4 3.8 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 744 22.6 13.6 134.0 4.4 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 930 18.1 22.3 166.4 3.8 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 744 22.6 13.6 134.0 4.4 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 930 18.1 22.3 166.4 3.8 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 744 22.6 13.6 134.0 4.4 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 930 18.1 22.3 166.4 3.8 アレルゲン ● ● ● ● ●
						E P F C S kcal 744 22.6 13.6 134.0 4.4 アレルゲン ● ● ● ● ●	E P F C S kcal 930 18.1 22.3 166.4 3.8 アレルゲン ● ● ● ● ●

夕食	Aセット チキンソテー 和風きのこソース さつま芋と大根の煮物 ライス じゃが芋と玉葱味噌汁		Aセット 水餃子の五目あん キャベツと人参の辛子醤油 ライス 玉葱と油揚げ味噌汁		Aセット 鶏肉のだし汁おろし漬け 柚子胡椒風味 白菜とツナのボン酢和え ライス 大根とわかめの味噌汁
	E P F C S kcal 856 35.0 20.3 137.9 4.8 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 757 16.4 13.6 148.2 3.9 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 894 35.2 24.2 136.9 5.7 アレルゲン ● ● ● ● ●
	Bセット ● ● ● ● ●		Bセット ● ● ● ● ●		Bセット ● ● ● ● ●
	E P F C S kcal 856 35.0 20.3 137.9 4.8 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 757 16.4 13.6 148.2 3.9 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 894 35.2 24.2 136.9 5.7 アレルゲン ● ● ● ● ●
	E P F C S kcal 856 35.0 20.3 137.9 4.8 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 757 16.4 13.6 148.2 3.9 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 894 35.2 24.2 136.9 5.7 アレルゲン ● ● ● ● ●
	E P F C S kcal 856 35.0 20.3 137.9 4.8 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 757 16.4 13.6 148.2 3.9 アレルゲン ● ● ● ● ●		E P F C S kcal 894 35.2 24.2 136.9 5.7 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・アレルギー表示には、自由選択の食品（ジャム・マーガリン・シリアル・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。



日	3月31日 (月)	4月1日 (火)	4月2日 (水)	4月3日 (木)	4月4日 (金)	4月5日 (土)	4月6日 (日)																																								
朝食	納豆の日		Aセット ご飯 Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 野菜のスクランブルエッグ ベーコン 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯 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 ほうれん草と人参のソテー じゃが芋と玉葱の味噌汁 牛乳	Aセット ご飯 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 ハムとブロッコリーのマヨソース 大根とわかめの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯 Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ハム野菜炒め エッグサラダ コンソメジュリアン 森永ピクニック(ストロベリー)	Aセット ご飯 Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー ハンバーグ ウインナーと野菜のソテー じゃが芋とわかめの味噌汁 牛乳	Aセット ご飯 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 いんげんと白滝の柚子しょうゆ 玉葱と油揚げの味噌汁 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																						
	792	20.7	27.8	128.8	2.7	779	23.0	20.8	127.1	1.9	692	18.0	12.6	131.5	2.4	737	15.1	15.6	138.3	3.2	765	21.4	18.1	134.2	2.6	698	18.6	12.1	134.0	2.2																	
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび
昼食	インド風タンドリーチキン 餃子 ライス わかめと玉葱の味噌汁		Aセット 豆腐ハンバーグと焼きコロッケ 茄子のゆず醤油 ライス もやしとわかめの味噌汁	入学式 入学お祝いご飯 イタリアンサラダ ライス コーンスープ		Aセット アジの竜田揚げ 香味ソース 大根ミックスサラダ ライス キャバツと玉葱の味噌汁 Bセット とんこつ醤油らーめん 大根ミックスサラダ ライス Cセット ポークカレー 大根ミックスサラダ キャバツと玉葱の味噌汁	Aセット 三色ピーマンとモッツアレラのトマトクリームパスタ ポテトとアボカドの辛子マヨネーズ和え ライス	Aセット 鶏肉と7種野菜の黒胡椒あんかけ にらともやしの辛子醤油 ライス わかめスープ																																							
	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																						
	876	37.1	26.3	126.8	3.7	845	16.6	24.5	144.1	4.4	984	32.5	32.0	147.2	5.8	694	21.1	8.8	133.4	4.9	1,046	23.8	19.1	196.9	3.9	797	22.4	13.0	153.1	2.6																	
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび
夕食	チキンストロガノフ カレー味ビーフン ライス キャバツと油揚げの味噌汁 Bセット		Aセット 牛肉の柳川煮 緑黄色野菜のおかか和え ライス キャバツともやしの味噌汁 Bセット おすすめのチャーハンWITH豚の生姜焼き 緑黄色野菜のおかか和え キャバツともやしの味噌汁	Aセット 鶏の西京みそ焼き ポテトの磯辺揚げ ライス 巻麩とわかめのすまし汁	Aセット 豚肉と卵の塩麹炒め きのこあんかけ豆腐 ライス もやしとわかめの味噌汁	Aセット ささみマヨかつ 大根とえんどうのコンソメ煮 ライス ねぎとわかめの味噌汁																																									
	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																						
	904	30.6	25.0	142.9	3.8	841	28.9	23.5	131.2	4.2	878	35.6	22.6	136.0	4.5	455	16.1	32.7	26.1	5.5	959	23.0	35.1	141.9	3.8																						
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに							

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。
 菜食日・アレルギー表示には、自由選択の食品(ジャム・マーガリン・シリアル・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。