

朝食

昼食

夕食

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・くるみ」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。

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・くるみ」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																																										
12月15日 (月)			12月16日 (火)			12月17日 (水)			12月18日 (木)			12月19日 (金)			12月20日 (土)			12月21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 照焼き肉団子 サラダ キャベツとわかめの味噌汁 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 高野豆腐の卵とじ サラダ もやしと油揚げの味噌汁 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 ウィンナー サラダ 豆腐とわかめの味噌汁 森永ピクニック（ストロベリー） 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 温泉玉子 サラダ わかめスープ 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 ハンバーグ サラダ 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 野菜のスクランブルエッグ サラダ キャベツともやしの味噌汁 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 かぼちゃコロッケ サラダ 豆腐とわかめの味噌汁 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							
	732	19.3	14.1	136.0	2.5	712	19.6	14.7	130.4	2.3	722	18.5	14.9	132.7	2.3	685	20.3	13.3	124.7	1.8	698	19.7	11.6	133.8	2.1	731	21.0	17.0	127.3	1.8	785	18.6	17.2	144.1	1.8							
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ				
	454	17.7	18.0	55.6	3.1	434	18.0	18.6	50.0	2.9	444	16.9	18.8	52.3	2.9	407	18.7	17.2	44.3	2.4	420	18.1	15.5	53.4	2.7	453	19.4	20.9	46.9	2.4	507	17.0	21.1	63.7	2.4							
アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ					
昼 食	Aセット 豚と筍の玉子炒め 春巻 ライス 大根と白菜の味噌汁 Bセット 味玉とんこつーめん 春巻 大根と白菜の味噌汁 ライス Cセット ポークカレー 春巻 大根と白菜の味噌汁						Aセット ポーク焼肉&デミグラスコロッケ 湯豆腐(生姜あん) ライス キャベツとわかめの味噌汁 Bセット たれかつ丼 湯豆腐(生姜あん) キャベツとわかめの味噌汁 Cセット チキンカレー 湯豆腐(生姜あん) キャベツとわかめの味噌汁						Aセット 鶏肉と野菜のうま煮 味噌ポテト ライス じゃが芋と玉葱の味噌汁 Bセット チャーハンWITH肉そぼろ 味噌ポテト じゃが芋と玉葱の味噌汁 Cセット フランクフルトカレー 味噌ポテト じゃが芋と玉葱の味噌汁						Aセット 豚とチンゲン菜の塩しモン炒め ブロッコリーのナムル ライス じゃが芋とわかめの味噌汁 Bセット 鶏肉きんぴら丼 ブロッコリーのナムル じゃが芋とわかめの味噌汁 Cセット コロッケカレー ブロッコリーのナムル じゃが芋とわかめの味噌汁						Aセット チキンカツ さつま芋のはちみつバター風味 ライス キャベツと玉葱の味噌汁 Bセット ほうとう さつま芋のはちみつバター風味 キャベツと玉葱の味噌汁 ライス Cセット ハムカツカレー さつま芋のはちみつバター風味 キャベツと玉葱の味噌汁						Aセット 豚焼肉ともやしのねぎソース 小松菜のお浸し ライス わかめと玉葱の味噌汁 Bセット Cセット						Aセット アジフライ ラビゴットソース 青梗菜ともやしのナムル ライス もやしと油揚げの味噌汁 Bセット 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							
	1,115	24.3	55.8	133.1	3.5	872	25.6	25.1	143.0	4.6	1,018	26.5	37.5	147.2	3.4	737	23.4	16.3	129.8	3.0	906	20.1	22.5	161.0	2.8	734	23.8	14.3	131.7	4.2	837	25.4	24.6	133.1	3.3							
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ				
	819	28.4	14.5	140.8	8.9	913	23.3	36.6	124.5	5.8	816	20.1	30.0	118.6	6.4	650	20.5	12.7	114.3	3.9	821	18.0	14.8	157.4	6.3																	
アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ														
694	15.2	22.0	114.6	4.7	675	20.8	19.1	110.7	5.5	847	17.6	31.9	127.2	5.4	660	13.1	14.6	126.6	5.6	760	13.2	21.3	135.3	4.9																		
アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ														
タ 食	Aセット イタリアンハンバーグステーキ サラダバー ライス わかめと玉葱の味噌汁 Bセット ポークデミシチュー サラダバー わかめと玉葱の味噌汁 ライス						Aセット グリルチキン サルサソース カリフラワーのコンソメ煮 ライス キャベツと大根の味噌汁 Bセット 豚のピリ辛甘味噌炒め丼 カリフラワーのコンソメ煮 キャベツと大根の味噌汁						Aセット 揚げ餃子と焼売 五目豆 ライス 大根と油揚げの味噌汁 Bセット 鶏肉の生姜焼き丼 五目豆 大根と油揚げの味噌汁						Aセット クリスピーチキン フォンデュ ペンネボロネーゼ ライス パンプキンスープ プリン						Aセット ミックスフライ こんにやくと野菜の煮物 ライス キャベツと大根の味噌汁 Bセット						Aセット 【和歌山】かきまぶり& 白身魚の梅味噌焼き ソース焼きそば ライス わかめと玉葱の味噌汁 Bセット						Aセット 鶏天 キャベツと筍の炒め煮 ライス 大根とわかめの味噌汁 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							
	841	28.6	14.2	155.6	3.7	954	38.3	24.7	149.4	3.7	788	18.8	15.2	148.1	3.3	1,427	53.9	50.7	190.8	4.6	782	15.9	17.1	145.5	3.2	1,191	34.1	13.3	238.4	8.0	594	10.7	7.2	126.3	3.7							
	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ	アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ				
	796	23.2	16.7	145.0	3.5	753	18.2	20.3	129.7	5.4	808	29.1	21.3	128.5	4.2																											
アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルギー	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ														

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・くるみ」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 曜 日	12月22日 (月)	12月23日 (火)	12月24日 (水)	12月25日 (木)	12月26日 (金)	12月27日 (土)	12月28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						
	竹輪磯辺天						
	サラダ						
	大根とわかめの味噌汁 (減塩)						
	牛乳						
	E P F C S						
昼 食	Aセット						
	711 kcal						
	アレルギー						
	Bセット						
	433 kcal						
	アレルギー						
	Aセット						
	イベント クリスマスプレート						
	フライドポテト						
	ライス						
夕 食	玉ねぎと人参のスープ						
	Bセット						
	塩ワントン麺						
	フライドポテト						
	ライス						
	Cセット						
	ハヤシライス						
	フライドポテト						
	E P F C S						
	966 kcal						
	Aセット						
	966 kcal						
	アレルギー						
	Bセット						
	696 kcal						
	アレルギー						
	Cセット						
	613 kcal						
	アレルギー						
	Aセット						

～冬休み～
 学生の皆さん
 今年度もお疲れ様でした。
 2025年もあともう少し！

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・くるみ」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。