

Weekly Menu

日曜日				9月30日 (木)	10月1日 (金)	10月2日 (土)	10月3日 (日)																																	
朝食					ご飯	ロールパンとミニクロワッサン	食パンとレーズンロール																																	
					鯖の塩焼き	ジャム	マーガリン																																	
					こんにゃくごぼう	ベーコンとミックススクランブル	ミネストローネスープ																																	
					キャベツと椎茸の味噌汁																																			
					★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶																																	
栄養価					ジョア	ジョア又はヨーグルト	ヨーグルト																																	
定食					<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>687</td><td>25.4</td><td>7.5</td><td>2.8</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	687	25.4	7.5	2.8	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>574</td><td>17.1</td><td>27.2</td><td>2.2</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	574	17.1	27.2	2.2	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>674</td><td>20.6</td><td>29.3</td><td>3.8</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	674	20.6	29.3	3.8									
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
687	25.4	7.5	2.8																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
574	17.1	27.2	2.2																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
674	20.6	29.3	3.8																																					
昼食							パン2つ																																	
					三元豚ソースかつ丼	親子丼	モッツアレラチーズのミートソーススパゲティ																																	
					いんげんとしめじの柚子しょうゆ	ひじきの胡麻サラダ	ミックスサラダ																																	
					豆腐と小松菜の味噌汁	白菜と舞茸の味噌汁																																		
					栄養価					<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>800</td><td>23.8</td><td>17.4</td><td>5.0</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	800	23.8	17.4	5.0	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>839</td><td>29.8</td><td>22.3</td><td>4.1</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	839	29.8	22.3	4.1	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>1058</td><td>32.7</td><td>150.0</td><td>3.9</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	1058	32.7	150.0	3.9				
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
800	23.8	17.4	5.0																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
839	29.8	22.3	4.1																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
1058	32.7	150.0	3.9																																					
A定食																																								
夕食					ビーフカレー	焼売の野菜あんかけ	サーモンフライとオニオンリング	ポークソテー ジンジャーソース																																
					エッグサラダ オレンジ	イカのゲソ揚げ ご飯 具たくさん野菜中華スープ	かぼちゃサラダ ご飯 豚汁	ミックスサラダ ポテトの醤油バター風味 ご飯 もやしとほうれん草の味噌汁																																
栄養価					<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>751</td><td>16.9</td><td>28.7</td><td>2.9</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	751	16.9	28.7	2.9	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>1001</td><td>37.9</td><td>23.6</td><td>7.3</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	1001	37.9	23.6	7.3	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>1175</td><td>29.5</td><td>47.4</td><td>3.7</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	1175	29.5	47.4	3.7	<table><tr><td>熱量 kcal</td><td>蛋白質 g</td><td>脂質 g</td><td>食塩相当量 g</td></tr><tr><td>965</td><td>31.4</td><td>32.8</td><td>3.9</td></tr></table>	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	965	31.4	32.8	3.9
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
751	16.9	28.7	2.9																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
1001	37.9	23.6	7.3																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
1175	29.5	47.4	3.7																																					
熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																																					
965	31.4	32.8	3.9																																					
A定食																																								
B定食																																								

いつもご利用いただきまして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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	10月4日 (月)				10月5日 (火)				10月6日 (水)				10月7日 (木)				10月8日 (金)				10月9日 (土)				10月10日 (日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールと ミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆								マーガリン				鯖の塩焼き				ジャム				マーガリン			
	小松菜のお浸し				肉団子の甘酢煮				牛乳又はコーヒー牛乳又は フルーツジュース				カレーコロッケ				なめ茸おろし				ツナサラダ				ベーコンとほうれん草のスープ			
	ホウレンソウと油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								 ジョア				ジョア				 ジョア又はヨーグルト				 ヨーグルト			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	633	18.1	9.0	2.9	702	23.6	10.8	2.5	759	19.8	30.7	2.0	727	14.1	35.1	1.8	779	25.1	18.2	3.1	537	15.6	21.0	1.4	637	20.7	31.2	3.3
昼食	ゆかりご飯																								パン2つ			
	きつねうどん				豚肉の味噌炒め丼				アンガスビーフの ハヤシライス				ご当地 【岡山】 えびめし				のり唐弁風丼				豚肉の生姜焼き丼				明太子クリームソース スパゲティ			
	豚肉野菜巻きフライ				ひじきと大豆の煮付け				ハムとチーズのサラダ				フライドチキン				きんぴらごぼう				ほうれん草と錦糸卵の胡麻和え							
									クリームブッセ				酒まんじゅう															
					小松菜とえのきの味噌汁								大根とわかめの味噌汁				白菜と水菜の味噌汁				ごぼうの味噌汁				具だくさん野菜コンソメスープ			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	890	22.9	17.8	6.3	786	31.6	24.8	5.4	779	23.1	32.2	3.2	787	25.5	17.7	5.5	851	18.5	26.1	5.6	751	29.1	24.8	3.9	1053	36.4	149.9	5.8
夕食	油淋鶏(鶏唐揚げ香味ソース)				赤魚の照り焼き				四角いヒレカツ				麻婆豆腐				牛肉の南蛮焼き				気仙沼カツオカツと たっぷりコーンフライ				おろし和風ハンバーグ			
	さつまいものレモン煮				白菜の土佐和え かぼちゃの天ぷら				マカロニサラダ 洋梨・ヤクルト				揚げ餃子				ポテトサラダ ブロッコリーの塩昆布和え				和風スパゲッティー オレンジ				チリコンカン イカリングフライ			
	ご飯 帆立貝柱と白菜のスープ				十五穀米 味噌けんちん汁				ご飯 もやしとインゲンの味噌汁				ご飯 中華コンソスープ				ご飯 豆腐ともずくの味噌汁				ご飯 キャベツとしめじの味噌汁				かきたま汁			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1029	42.2	33.3	5.1	764	29.1	15.2	4.4	939	26.6	19.9	5.1	990	32.0	32.0	6.2	1022	29.1	43.8	5.3	959	19.5	30.6	3.8	1070	35.5	39.4	6.5
B定食																												

いつもご利用いただきまして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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店は国産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	10月11日 (月)				10月12日 (火)				10月13日 (水)				10月14日 (木)				10月15日 (金)				10月16日 (土)				10月17日 (日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールと ミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆								マーガリン				タラのグリルジンジャーソース				ジャム				マーガリン			
	肉じゃが				一口つくねのおろしポン酢				牛乳又はコーヒー牛乳又は フルーツジュース				ウインナーとふわふわエッグ				金平れんこん				ハムとポテトサラダ				小松菜のミルクスープ			
	ほうれん草と油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								 ジョア				ジョア 				ジョア又はヨーグルト				 ヨーグルト			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	660	18.4	10.1	2.7	728	24.8	15.1	2.4	759	19.8	30.7	2.0	731	17.4	41.0	2.1	679	23.8	5.8	3.7	527	14.8	16.7	2.1	674	21.3	28.9	3.2
昼食	ご飯								<div>エスニック料理</div>																パン2つ			
	とんこつ野菜ラーメン				牛丼				ガパオ				野菜天丼				豚キムチ丼				たまごの塩あんかけ丼				ベーコンときのこの トマトソーススパゲティ			
	春巻				いんげんと蒸し鶏のゴマ醤油				プリン				茹で豚となめ茸のみぞれ和え				バンサンスー(中華和え物)				かぼちゃのそぼろ煮				ミックスサラダ			
					チーズババロアシュクリーム																							
					白菜としめじの味噌汁				具たくさん野菜コンソメスープ				豆腐と三つ葉の味噌汁				長葱と小松菜の味噌汁				キャベツとえのきの味噌汁							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1025	34.8	22.1	11.4	925	28.4	38.9	4.5	748	30.7	31.3	3.8	756	15.4	23.6	4.0	851	21.0	34.7	5.8	606	16.2	12.6	4.4	973	31.2	149.3	3.2
夕食	セサミチキンソテー				鯖の味噌煮				ビーフカツ				タッカルビ				<div>たいめいけん ポテトコロッケ デミグラスソース</div>				とんてき(四日市)				秋刀魚フライと 広島県産カキフライ			
	ポテトと鮭のホクホク和え 白桃 ご飯 大麦小麦のコーンスープ				小松菜の煮びたし 蓮根の天ぷら 十五穀米 豚汁				スパゲッティーサラダ 切干大根・ヤクルト ご飯 もやしとほうれん草の味噌汁				ブロッコリーのナムル ご飯 わかめと玉葱の卵スープ				マカロニサラダ オレンジ ご飯 大根と油揚げの味噌汁				ごぼうサラダ 鶏五目豆 ご飯 白菜とわかめの味噌汁				海藻サラダ ほうれん草と油揚げの おかか和え ご飯 味噌けんちん汁			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1232	41.2	56.1	4.9	986	34.1	38.5	4.0	983	24.9	26.4	3.6	980	40.3	31.5	4.1	994	18.4	36.4	3.3	1003	35.0	32.6	6.5	893	28.5	26.2	3.9
B定食																												

いつもご利用いただきまして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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	10月18日 (月)				10月19日 (火)				10月20日 (水)				10月21日 (木)				10月22日 (金)				10月23日 (土)				10月24日 (日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールとミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆								マーガリン				鮭の塩焼き				ジャム				マーガリン			
	十品目の旨煮				野菜ベーコンソテー				牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース				ソーセージカツ				大根と柚子皮の甘酢和え				ウインナーのコーン玉葱ソテー添え				野菜のトマトスープ			
	ほうれん草と油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								ジョア				ジョア				 ジョア又はヨーグルト				 ヨーグルト			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	677	20.1	11.1	2.9	640	20.1	9.5	2.2	759	19.8	30.7	2.0	696	15.7	34.7	1.7	664	27.5	4.5	2.8	597	18.2	24.9	2.0	636	20.0	27.9	3.4
昼食	ゆかりご飯																								パン2つ			
	竹輪うどん				三色丼				ポークカレー				牛しぐれ煮のとろろ丼				鶏唐マヨ丼				豚焼き肉丼				カルボナーラ			
	茄子の生姜醤油				レバーの甘辛揚げ				緑野菜とベーコンのシーザーサラダ				蓮根のはさみ揚げ				小松菜と桜えびのゴマ和え				もやしとほうれん草のナムル							
									ミニエクレア																			
					白菜としめじの味噌汁								大根とほうれん草の味噌汁				かきたま汁				豆腐ともずくの味噌汁				具だくさん野菜コンソメスープ			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	884	21.2	15.0	6.5	666	27.5	13.8	5.6	724	21.4	33.3	3.4	913	26.3	37.0	4.0	783	23.9	25.0	4.1	773	29.6	26.1	4.1	1165	35.4	150.3	5.7
夕食	グリルハーブチキン				鯖の西京焼き				ささみチーズカツ				豚肉と白菜の塩麹うま煮				豆腐ハンバーグおろしぼん酢				まぐろカツ タルタルソース				ポークチャップとオニオンフライ			
	ブロッコリーのガーリック炒め パイナップル ご飯 ミネストローネスープ				おくらの柚子しょうゆ かぼちゃの天ぷら ご飯 豚汁				ポテトサラダ・ヤクルト ひじきと大豆の煮付け ご飯 キャベツとわかめの味噌汁				メンチカツ ご飯 豆腐と水菜の味噌汁				ジャーマンポテト グレープゼリー ご飯 白菜とわかめの味噌汁				パンプキンサラダ オレンジ ご飯 もやしと油揚げの味噌汁				エッグサラダ ご飯 ごぼうと小松菜の味噌汁			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1015	38.0	30.0	4.3	838	37.5	22.6	2.4	937	30.4	25.3	4.1	930	29.9	34.2	3.5	941	23.9	25.5	6.4	1015	30.7	35.6	4.0	1116	32.9	47.1	4.2
B定食																												

いつもご利用いただきまして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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店は国産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	10月25日 (月)				10月26日 (火)				10月27日 (水)				10月28日 (木)				10月29日 (金)				10月30日 (土)				10月31日 (日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールと ミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆								マーガリン				鯖の塩焼き				ジャム				マーガリン			
	こんにゃくごぼう				照焼チキン				牛乳又はコーヒー牛乳又は フルーツジュース				野菜コロッケ				なめ茸おろし				ベーコンとミックススクランブル				コーンスープ			
	ほうれん草と油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								 ジョア				ジョア 				ジョア又はヨーグルト				 ヨーグルト			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	658	18.1	9.6	3.0	691	24.4	13.6	2.1	759	19.8	30.7	2.0	692	13.6	33.8	1.4	668	25.2	6.8	2.9	574	17.1	27.2	2.2	661	21.1	31.7	3.4
昼食	ご飯								 ハロウィーン  前倒し																パン2つ			
	担々麺				豚塩カルビ丼				ハロウィーン オムライスプレート				しらす丼				味噌チキンカツ丼				豚肉ごぼう炒め丼				茄子の ミートソーススパゲティ			
																												
	シュウマイ				中華ポテト								ピーマン肉詰めフライ				ほうれん草と錦糸卵の胡麻和え				キャベツとコーンの塩昆布和え				ミックスサラダ			
									ハロウィーンデザート																			
					キャベツとしめじの味噌汁				具だくさん野菜コンソメスープ				豆腐と三つ葉の味噌汁				大根とわかめの味噌汁				白菜とえのきの味噌汁							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1075	33.6	34.9	8.6	1011	23.8	50.6	4.8	1091	28.0	52.1	9.3	673	27.0	16.1	6.2	814	26.4	24.5	5.4	836	30.5	23.3	3.7	1097	29.9	151.3	3.6
夕食	牛肉コロッケと大判唐揚げ				秋刀魚の蒲焼				揚げ餃子の豆板醤ソースがけ				豚肉の生姜焼き				牛肉豆腐				ジャンボ鰯フライ タルタルソース				根菜ハンバーグと チーズ入り芋もち			
	海藻サラダ カレーチリビーンズ ご飯 白菜とわかめの味噌汁				だし巻き卵 青梗菜と蒸し鶏の辛子醤油 ご飯 豚汁				ソース焼きそば ヤクルト ご飯 ごぼうの味噌汁				ツナサラダ オレンジ ご飯 もやしと小松菜の味噌汁				白菜とジャコの土佐和え ご飯 かきたま汁				ミックスサラダ ベーコンとポテトの ガーリック醤油炒め ご飯 オニオンスープ				マカロニサラダ 黄桃 ご飯 大根とほうれん草の味噌汁			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	1103	26.5	45.6	4.5	754	39.5	14.7	2.5	988	23.3	23.7	5.8	991	34.6	40.2	4.0	949	37.2	36.0	4.8	1079	34.1	35.8	5.4	823	22.2	16.6	4.7
B定食																												

いつもご利用いただきまして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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。