




Weekly Menu



日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日					
曜日	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)					
朝食	<div><div>9月</div><div><div></div><div></div></div></div>						食パンとレーズン ロール					
							肉団子のクリーム煮					
							ジャム					
							<div></div> コーヒー又は紅茶					
							牛乳またはジョア					
							<table><tr><th>熱量</th><th>蛋白質</th><th>脂質</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><th>kcal</th><th>g</th><th>g</th><th>g</th></tr><tr><td>874</td><td>22.4</td><td>35.7</td><td>4.0</td></tr></table>	熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量	kcal
熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量									
kcal	g	g	g									
874	22.4	35.7	4.0									
栄養価												
定食												
昼食							牛肉と野菜のすき焼 き丼					
							蒸し鶏と胡瓜の梅和 え					
							わかめとえのきの味 噌汁					
							<table><tr><th>熱量</th><th>蛋白質</th><th>脂質</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><th>kcal</th><th>g</th><th>g</th><th>g</th></tr><tr><td>717</td><td>22.8</td><td>15.5</td><td>4.7</td></tr></table>	熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量	kcal
熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量									
kcal	g	g	g									
717	22.8	15.5	4.7									
栄養価												
A定食												
夕食							ポーク焼肉とデミ グラスコロッケ					
							チキンの味噌マヨ ネーズソース					
							菜の花みぞれ和え					
							じゃが芋の甘辛炒め					
							ご飯					
							もやしと油揚げの味 噌汁					
栄養価												
A定食												
B定食												

熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量	熱量	蛋白質	脂質	食塩相当量
kcal	g	g	g	kcal	g	g	g
805	22.0	21.7	4.2	1024	34.5	32.4	4.2

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。コンバスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日
曜日	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(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
	根菜鶏つくねハンバーグ スパゲティと玉葱のサラダ	だし巻き玉子		セルフサンド(フランクフルト・焼きそば)	かぼちゃ挽肉フライ	コーンスクランブル	押麦入り野菜のカレー風味スープ
	納豆	もやしの赤じそ和え	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース 	ジャム	キャベツのお浸し	ウィンナー(2本)	
	キャベツとわかめの味噌汁	納豆			納豆	ジャム	ジャム
	★ふりかけ★	のり		コーヒー又は紅茶	じゃが芋と玉葱の味噌汁	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶
	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
栄養価	熱量 kcal 730 蛋白質 g 21.1 脂質 g 14.8 食塩相当量 g 3.0	熱量 kcal 680 蛋白質 g 20.8 脂質 g 13.9 食塩相当量 g 2.3	熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 851 蛋白質 g 20.1 脂質 g 42.0 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 775 蛋白質 g 18.8 脂質 g 18.4 食塩相当量 g 2.4	熱量 kcal 780 蛋白質 g 17.2 脂質 g 31.3 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 727 蛋白質 g 18.9 脂質 g 24.4 食塩相当量 g 2.2
昼食	しらす丼	鶏肉と野菜のうま煮	チャーハンWITH肉そぼろ	豚肉と野菜のオイスターソース丼	全国専売 ご当地メニュー 熊本 黒とんこつラーメン	ハヤシライス	ミートソーススパゲティ
	厚揚げとキャベツの味噌炒め	きゅうりの生姜醤油	もやしとほうれん草のナムル	大根とツナの青じそサラダ		ミックスサラダ	
		ご飯			切干大根のコールスローサラダ		
	白菜と玉葱の味噌汁	えのきと麩の味噌汁	チンゲン菜と大根の中華スープ	キャベツと玉葱の味噌汁	ご飯		パン
						みかん缶	洋野菜のスープ
栄養価	熱量 kcal 714 蛋白質 g 26.1 脂質 g 15.6 食塩相当量 g 5.8	熱量 kcal 764 蛋白質 g 24.2 脂質 g 21.0 食塩相当量 g 3.2	熱量 kcal 796 蛋白質 g 23.3 脂質 g 21.3 食塩相当量 g 7.5	熱量 kcal 709 蛋白質 g 22.0 脂質 g 19.0 食塩相当量 g 5.8	熱量 kcal 1090 蛋白質 g 29.5 脂質 g 38.6 食塩相当量 g 7.8	熱量 kcal 814 蛋白質 g 14.9 脂質 g 22.4 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 755 蛋白質 g 20.7 脂質 g 20.7 食塩相当量 g 5.0
夕食	A 鶏天	A イタリアンハンバーグステーキ	A バジルチキンソテー	A かつ煮	豚肉のピリ辛甘味噌炒め	鶏むね肉の葱おろしだれ	揚げ餃子と焼売
	B 肉豆腐	B ポークと野菜のデミシチュー	B さばカレーカツ	B 鶏肉のシーザーサラダ仕立て			
	A・B共通メニュー ほうれん草とかぼちゃのソテー	A・B共通メニュー エリンギ炒め	A・B共通メニュー ピリ辛こんにゃく	A・B共通メニュー ごぼうのそぼろあん	栗かぼちゃの含め煮	炒り豆腐	キャベツと筍の炒め煮
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	油揚げと三つ葉のすまし汁	コンソメジュリアン	じゃが芋と玉葱の味噌汁	もやしとインゲンの味噌汁	豆腐とねぎの生姜スープ	ごぼうと油揚げの味噌汁	玉子スープ
栄養価	熱量 kcal 838 蛋白質 g 31.7 脂質 g 25.8 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 885 蛋白質 g 28.9 脂質 g 22.0 食塩相当量 g 4.9	熱量 kcal 874 蛋白質 g 31.2 脂質 g 28.9 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 965 蛋白質 g 28.6 脂質 g 23.7 食塩相当量 g 6.0	熱量 kcal 872 蛋白質 g 26.5 脂質 g 23.8 食塩相当量 g 7.0	熱量 kcal 854 蛋白質 g 38.2 脂質 g 20.0 食塩相当量 g 9.2	熱量 kcal 891 蛋白質 g 21.7 脂質 g 21.3 食塩相当量 g 5.4
A定食	838	885	874	965	872	854	891
B定食	841	806	800	814			

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。コンバスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日	9月30日				10月1日				10月2日				10月3日				10月4日				10月5日				10月6日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	ご飯																											
	プレーンオムレツ																											
	ブロッコリーの辛子マヨ和え																											
	納豆																											
	コーンと玉葱のスープ																											
	★ふりかけ★																											
	牛乳またはジョア																											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																								
定食	689	16.7	15.9	2.6																								
昼食	牛しぐれ煮のとろろ丼																											
	ジャーマンポテト																											
	もやしとインゲンの味噌汁																											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																								
A定食	850	19.0	26.3	3.5																								
夕食	A 鶏もも焼きのレモンソース																											
	B フーチャンプル																											
	A・B共通メニュー 大根のそぼろあん																											
	ご飯																											
	長葱と油揚げの味噌汁																											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g																								
A定食	844	32.3	21.9	5.2																								
B定食	804	32.8	21.5	4.5																								