


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																				
朝 食				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													
				セルフサンド(ツナサン ド・ハム)	だし巻き玉子	コーンスクランブル	野菜のトマトスープ													
					ブロッコリーのおか か和え	ウィンナー														
				ジャム	納豆	ジャム	ジャム													
					じゃが芋と玉葱の味噌汁															
				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													
				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	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	753	21.4	40.0	2.0	678	21.2	12.5	2.3	773	17.2	31.3	2.0	722	17.9	23.7	3.5				
昼 食				焼き鳥二色そばろ丼	しらす丼	豚肉ごぼう炒め丼	ベーコンとほうれん草の クリームスパゲティ													
				ごぼうの胡麻和え	粉ふき芋の肉味噌か け	炒り豆腐	ミックスサラダ													
							パン													
				白菜と玉葱の味噌汁	麴と三つ葉の すまし汁	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
				A定食	800	27.2	18.9	5.1	743	25.9	12.3	6.5	797	27.0	22.9	2.8	762	23.8	26.1	3.0
夕 食				A 鶏むね肉の 葱おろしだれ	牛肉と小松菜の オイスターソース 炒め	たらのフリット 香味トマトソース	チキンソテー ガーリック醤油風味													
				B 豚肉のピリ辛 甘味噌炒め																
				A・B共通メニュー カレー味ビーフン	栗かぼちゃの含め煮	切干大根のコールス ローサラダ	ブロッコリーとポテ トの明太ソース													
				ご飯	ご飯	ご飯	ご飯													
				大根とわかめ の味噌汁	チンゲン菜と大根の 中華スープ	コーンと玉葱のスー プ	ごぼうと油揚げ の味噌汁													
				栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	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	906	34.3	21.5	5.9	908	21.1	29.7	4.6	908	27.3	24.8	3.9	907	33.2	30.6	3.3
B定食	903	27.9	27.2	4.5																

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)
*当店は国産米を使用しています。

Weekly Menu



日	8月5日 (月)	8月6日 (火)	8月7日 (水)	8月8日 (木)	8月9日 (金)	8月10日 (土)	8月11日 (日)
曜日							
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	★菓子パン★
	ピーマン肉詰めフライ	鯖の塩焼き		セルフサンド(フランクフルト・焼きそば)	チキンナゲット	プレーンオムレツ	
	きんぴらごぼう	ひじき煮	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース		マカロニサラダ	ウィンナー(2本)	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース
	納豆	納豆		ジャム	納豆	ジャム	
	コーンと玉葱のスープ	コンソメジュリアン			わかめと玉葱の味噌汁		
	★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	
	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 736 蛋白質 g 16.5 脂質 g 17.0 食塩相当量 g 3.0	熱量 kcal 746 蛋白質 g 22.1 脂質 g 19.7 食塩相当量 g 2.7	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 774 蛋白質 g 21.5 脂質 g 19.7 食塩相当量 g 2.9	熱量 kcal 678 蛋白質 g 15.5 脂質 g 20.5 食塩相当量 g 1.8	熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0
昼食	レディースDAY チーズハヤシライス	旬 トマトの 冷やし担々麺	豚塩カルビ丼	シーフードピラフ& フィッシュフライ	スタミナ丼	照りマヨチキン丼	*お知らせ*
	コーンサラダ	ほうれん草と白滝の お浸し	高菜冷奴	きゅうりともやしの ピリ辛和え	スイートエンドウの おかか和え	ワカメと玉葱の中華 和え	
		ご飯					
	フルーツ白玉		竹の子の中華スープ	キャベツと油揚げ の味噌汁	白菜とえのきの 味噌汁	もやしと人参 のスープ	
栄養価	熱量 kcal 811 蛋白質 g 19.5 脂質 g 24.3 食塩相当量 g 3.3	熱量 kcal 902 蛋白質 g 25.9 脂質 g 20.8 食塩相当量 g 4.4	熱量 kcal 803 蛋白質 g 23.7 脂質 g 27.5 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 833 蛋白質 g 24.8 脂質 g 20.1 食塩相当量 g 5.9	熱量 kcal 748 蛋白質 g 21.5 脂質 g 14.0 食塩相当量 g 3.6	熱量 kcal 757 蛋白質 g 23.4 脂質 g 22.0 食塩相当量 g 3.6	
夕食	A フーチャンプル	A 鶏肉の生姜焼き	全県専 こ当地メニュー ザンギ	牛肉の柳川煮	ミックスフライ	煮込みハンバーグ	9/20 まで閉寮 9/21 (十) 夕食 から始まります
	B 鶏もも焼きのレモン ソース	B 揚げ餃子の野菜甘酢 あんかけ					
	A・B共通メニュー 大根と厚揚げのそぼ ろあん	A・B共通メニュー 青じそスパゲッ ティー					
	ご飯	ご飯					
	わかめと油揚げ の味噌汁	じゃが芋と玉葱 の味噌汁					
栄養価	熱量 kcal 867 蛋白質 g 37.2 脂質 g 25.2 食塩相当量 g 5.2	熱量 kcal 902 蛋白質 g 33.9 脂質 g 22.7 食塩相当量 g 4.3	熱量 kcal 901 蛋白質 g 36.1 脂質 g 27.7 食塩相当量 g 3.9	熱量 kcal 929 蛋白質 g 29.8 脂質 g 28.3 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 1014 蛋白質 g 20.3 脂質 g 35.6 食塩相当量 g 4.4	熱量 kcal 977 蛋白質 g 26.8 脂質 g 28.4 食塩相当量 g 5.7	
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。コンバグループ・ジャパン(株)
* 本店では国産米を使用しています。