



メニュー表



	6月30日(日曜日)	7月 1日(月曜日)	7月 2日(火曜日)	7月 3日(水曜日)	7月 4日(木曜日)	7月 5日(金曜日)	7月 6日(土曜日)
朝食	ロールパン ミートボール かぼちゃサラダ ジュース	レーズンパン マカロニのトマト仕立て ほうれん草のソテー 牛乳	黒糖ロールパン ハッシュドポテト 春雨の中華風 牛乳	りんごパン スクランブルエッグ ジャーマンポテト スープ	うずまきクリームパン ベーコンポテト ブロッコリーの煮浸し 牛乳	ロールパン 豆腐ハンバーグ さつまいもサラダ 牛乳	カスタードロール 野菜オムレツ ほうれん草の煮浸し 牛乳
	I補給 - 406kcal 炭水化物 65.4g 蛋白質 12.7g 脂質 10.9g 食塩当量 1.2g	I補給 - 427kcal 炭水化物 52.6g 蛋白質 13.3g 脂質 17.9g 食塩当量 1.3g	I補給 - 428kcal 炭水化物 55.4g 蛋白質 12.6g 脂質 17.2g 食塩当量 2.2g	I補給 - 358kcal 炭水化物 51.2g 蛋白質 9.1g 脂質 13.8g 食塩当量 3.1g	I補給 - 375kcal 炭水化物 43.2g 蛋白質 12.8g 脂質 16.7g 食塩当量 1.6g	I補給 - 438kcal 炭水化物 53.4g 蛋白質 14.9g 脂質 17.9g 食塩当量 1.6g	I補給 - 401kcal 炭水化物 43.8g 蛋白質 14.6g 脂質 18.3g 食塩当量 1.5g
昼食	二色丼 さつまいもの煮物 金時豆 味噌汁	おにぎり 醤油ラーメン 春巻 フルーツ	ご飯 豚肉と茄子の生姜炒め 高野の煮物 チンゲン菜の磯和え 味噌汁	ご飯 挽肉包み揚げ 春菊のわさび和え 味噌汁 フルーツ	夏野菜カレー 大根サラダ デザート 福神漬	ご飯 カレイの幽庵焼き 添え野菜 茄子の煮物 青菜の胡麻和え 吸物	ご飯 貝だくさん汁 竹輪の磯部揚げ ブロッコリーの和え物 漬物
	I補給 - 561kcal 炭水化物 100.7g 蛋白質 25.4g 脂質 7.1g 食塩当量 2.9g	I補給 - 551kcal 炭水化物 95.4g 蛋白質 15.3g 脂質 13.2g 食塩当量 3.3g	I補給 - 580kcal 炭水化物 78.2g 蛋白質 16.4g 脂質 23.2g 食塩当量 3.3g	I補給 - 591kcal 炭水化物 89.5g 蛋白質 12.1g 脂質 20.8g 食塩当量 2.6g	I補給 - 538kcal 炭水化物 103.3g 蛋白質 9.9g 脂質 10.3g 食塩当量 3.3g	I補給 - 450kcal 炭水化物 76.2g 蛋白質 20.0g 脂質 7.5g 食塩当量 2.5g	I補給 - 569kcal 炭水化物 83.2g 蛋白質 18.0g 脂質 19.7g 食塩当量 4.4g
夕食	ご飯 豚肉とキャベツの中華炒め 冬瓜の煮物 白菜の和え物 味噌汁	ご飯 メバルの煮つけ 添え野菜 パプリカの金平風 オクラの和え物 味噌汁	ご飯 おでん 青菜の辛子和え 吸物 漬物	ご飯 ハンバーグ 添え野菜 ビーフンソテー 三度豆のお浸し 味噌汁	ご飯 ポークチャップ 冬瓜の煮物 もやしの和え物 味噌汁	ご飯 厚揚げの韓国風煮 南瓜の煮物 白菜の塩昆布和え スープ	ご飯 肉団子の甘酢あん かぶの煮物 ひじきのサラダ 味噌汁
	I補給 - 594kcal 炭水化物 82.9g 蛋白質 16.6g 脂質 23.4g 食塩当量 3.7g	I補給 - 427kcal 炭水化物 75.9g 蛋白質 18.8g 脂質 5.3g 食塩当量 3.4g	I補給 - 438kcal 炭水化物 82.7g 蛋白質 16.1g 脂質 5.7g 食塩当量 4.7g	I補給 - 522kcal 炭水化物 89.2g 蛋白質 15.6g 脂質 15.1g 食塩当量 3.9g	I補給 - 572kcal 炭水化物 77.9g 蛋白質 15.9g 脂質 23.6g 食塩当量 2.8g	I補給 - 500kcal 炭水化物 82.9g 蛋白質 17.1g 脂質 12.4g 食塩当量 2.6g	I補給 - 512kcal 炭水化物 87.0g 蛋白質 13.1g 脂質 13.5g 食塩当量 3.8g

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。