



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/04/15 <b>Mon</b>	2019/04/16 <b>Tue</b>	2019/04/17 <b>Wed</b>	2019/04/18 <b>Thu</b>	2019/04/19 <b>Fri</b>	2019/04/20 <b>Sat</b>	2019/04/21 <b>Sun</b>
スクラブル・サラダ ウィンナー・OJ・パン E:616kcal P:18.6g F:27.7g C:72.2g Na(S):928.0mg (2.3g)	鯖味噌焼き 味付け海苔・漬物 E:895kcal P:31.1g F:30.5g C:118.1g Na(S):2262.0mg (5.8g)	ホットドッグ・ポテト ヨーグルト・OJ E:531kcal P:15.7g F:20.9g C:68.4g Na(S):801.0mg (2.0g)	蒸鶏のおろしぼん酢がけ 納豆・昆布煮 E:769kcal P:37.3g F:24.4g C:93.4g Na(S):1595.0mg (4.1g)	和風きのこスパ サラダ・牛乳 E:712kcal P:22.5g F:16.8g C:113.1g Na(S):319.0mg (0.8g)	豚肉白菜煮 ひじき炒め煮・温玉 E:664kcal P:21.3g F:22.4g C:89.0g Na(S):1130.0mg (2.9g)	目玉焼き・ベーコン ポテト・ジョア E:602kcal P:19.7g F:28.1g C:65.6g Na(S):449.0mg (1.1g)
						味噌コーンラーメン 揚げ餃子・ご飯 E:966kcal P:31.8g F:8.9g C:181.8g Na(S):3829.0mg (9.8g)
バイキング 洋食 E:1559kcal P:44.6g F:34.7g C:256.1g Na(S):1635.0mg (4.3g)	グリルチキン 杏仁・スープ E:918kcal P:30.9g F:19.5g C:148.9g Na(S):1005.0mg (2.5g)	トンカツ マカロサラダ・味噌汁 E:906kcal P:25.2g F:18.5g C:153.5g Na(S):1410.0mg (3.6g)	豚丼 中華ポテト・味噌汁 E:1038kcal P:25.0g F:37.9g C:140.4g Na(S):968.0mg (2.4g)	アジ・エビフライ サラダ・スープ E:913kcal P:25.3g F:20.2g C:151.2g Na(S):814.0mg (2.1g)	鶏のチーズ焼き フルーツ・味噌汁 E:1124kcal P:49.1g F:35.8g C:141.5g Na(S):720.0mg (1.9g)	豚肉のピリ辛炒め 焼売・スープ E:1204kcal P:40.0g F:49.3g C:140.1g Na(S):1046.0mg (2.6g)

仕入れの都合によりメニューが変更になることがあります。



E:エネルギー/energy P:たんぱく質/protein F:脂質/fat  
 C:炭水化物/carbohydrate Na:ナトリウム/sodium (S):食塩相当量/salt  
 ※仕入れの都合によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承下さい。