



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/04/22 Mon	2019/04/23 Tue	2019/04/24 Wed	2019/04/25 Thu	2019/04/26 Fri	2019/04/27 Sat	2019/04/28 Sun
オムレツ・ポテサラ ウィンナー・パン・牛乳 E:582kcal P:23.4g F:25.3g C:65.5g Na(S):1197.0mg (3.1g)	肉じゃが (カレー風味) 味付け海苔・漬物 E:702kcal P:25.5g F:17.1g C:106.6g Na(S):1636.0mg (4.1g)	ミートスパ・サラダ ジョア・パン E:773kcal P:24.2g F:14.3g C:131.8g Na(S):720.0mg (1.8g)	鮭味噌焼き 玉子焼き・和え物 E:712kcal P:37.9g F:13.4g C:104.7g Na(S):1665.0mg (4.3g)	スクランプル スナックチキン・OJ E:654kcal P:18.3g F:28.6g C:79.6g Na(S):892.0mg (2.3g)	じゃがそばろ 金平・つけもの E:616kcal P:24.1g F:10.2g C:101.9g Na(S):1577.0mg (4.0g)	ハンバーガー ポテト・ヨーグルト E:538kcal P:19.6g F:15.7g C:75.8g Na(S):809.0mg (2.1g)
						肉うどん&かき揚げ E:1156kcal P:25.8g F:27.5g C:191.8g Na(S):2919.0mg (7.4g)
かつ丼 和え物・味噌汁 E:891kcal P:28.8g F:14.9g C:153.5g Na(S):2146.0mg (5.4g)	白身魚磯辺天 和え物・味噌汁 E:919kcal P:42.9g F:20.4g C:133.6g Na(S):1597.0mg (4.0g)	ハンバーグデミソース サラダ・スープ E:1039kcal P:31.9g F:23.0g C:170.1g Na(S):1880.0mg (4.8g)	カレーバイキング E:1429kcal P:32.2g F:44.1g C:217.2g Na(S):3275.0mg (8.3g)	三色丼 コロッケ・豚汁 E:1003kcal P:33.9g F:29.4g C:142.6g Na(S):740.0mg (1.9g)	チンジャオロース 餃子・スープ E:876kcal P:30.3g F:20.7g C:135.5g Na(S):2103.0mg (5.3g)	ハヤシライス サラダ・プリン E:1125kcal P:23.0g F:36.3g C:170.4g Na(S):2273.0mg (5.8g)

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。