



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/07/15 Mon	2019/07/16 Tue	2019/07/17 Wed	2019/07/18 Thu	2019/07/19 Fri	2019/07/20 Sat	2019/07/21 Sun
オムレット・ポテサラ ウインナー・パン・牛乳 E:582kcal P:23.4g F:25.3g C:65.5g Na(S):1197.0mg (3.1g)	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)	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)	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)	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・漬物 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)
とろろうどん とり天 E:909kcal P:23.8g F:11.4g C:170.3g Na(S):2448.0mg (6.2g)						野菜たっぷりタンメン 春巻 E:1154kcal P:29.5g F:31.6g C:178.6g Na(S):3032.0mg (7.7g)
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)	チキンソーテービスクソース コロッケ・スープ E:1120kcal P:44.8g F:42.6g C:130.2g Na(S):1207.0mg (3.1g)	BBQ用スープ・ケーキ E:785kcal P:13.9g F:15.7g C:141.5g Na(S):312.0mg (0.8g)	天津飯& 中華点心セット E:978kcal P:21.7g F:23.8g C:163.3g Na(S):1704.0mg (4.3g)	白身魚エスカベッシュ サラダ・スープ E:381kcal P:23.2g F:21.0g C:22.7g Na(S):1778.0mg (4.5g)	親子丼 和え物・味噌汁 E:824kcal P:34.4g F:22.8g C:113.4g Na(S):1758.0mg (4.5g)	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)

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。