

2019/08/05 <b>Mon</b>	2019/08/06 <b>Tue</b>	2019/08/07 <b>Wed</b>	2019/08/08 <b>Thu</b>	2019/08/09 <b>Fri</b>	2019/08/10 <b>Sat</b>	2019/08/18 <b>Sun</b>
<b>朝食</b> スクラブル・サラダ ウインナー・OJ・パン E:616kcal P:18.6g F:27.7g C:72.2g Na(S):928.0mg (2.3g)	<b>朝食</b> 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)	<b>朝食</b> 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)	<b>朝食</b> 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)	<b>朝食</b> 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)	<b>朝食</b> 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)	
						<b>昼食 (定食)</b> 学園ラーメン 揚げ物 E:819kcal P:24.9g F:11.5g C:148.0g Na(S):1735.0mg (4.4g)
<b>夕食</b> 豚ニラ玉 中華春雨・スープ E:1094kcal P:34.6g F:27.5g C:165.7g Na(S):1870.0mg (4.7g)	<b>夕食</b> 鶏の唐揚げ フルーツ・味噌汁 E:1096kcal P:36.9g F:31.1g C:157.6g Na(S):792.0mg (2.1g)	<b>夕食</b> 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)	<b>夕食</b> 麻婆豆腐 春巻き・中華スープ E:996kcal P:30.3g F:29.1g C:146.5g Na(S):1067.0mg (2.7g)	<b>夕食</b> チキンカツ 黄桃・オニオンスープ E:777kcal P:23.1g F:16.8g C:129.1g Na(S):458.0mg (1.3g)		<b>夕食</b> 鶏肉竜田井 和之物・味噌汁 E:730kcal P:21.9g F:16.0g C:120.5g Na(S):2108.0mg (5.3g)



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。