



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/08/19 Mon	2019/08/20 Tue	2019/08/21 Wed	2019/08/22 Thu	2019/08/23 Fri	2019/08/24 Sat	2019/08/25 Sun
<p>じゃがそばろ 金平・漬物</p> <p>E:616kcal P:24.1g F:10.2g C:101.9g Na(S):1577.0mg (4.0g)</p>	<p>オムレツ・ポテサラ ウインナー・パン・牛乳</p> <p>E:582kcal P:23.4g F:25.3g C:65.5g Na(S):1197.0mg (3.1g)</p>	<p>ミートスパ・サラダ ジョア・パン</p> <p>E:773kcal P:24.2g F:14.3g C:131.8g Na(S):720.0mg (1.8g)</p>	<p>肉じゃが (カレー風味) 味付け海苔・漬物</p> <p>E:702kcal P:25.5g F:17.1g C:106.6g Na(S):1636.0mg (4.1g)</p>	<p>スクランブル スナックチキン・OJ</p> <p>E:654kcal P:18.3g F:28.6g C:79.6g Na(S):892.0mg (2.3g)</p>	<p>鮭味噌焼き 玉子焼き・和之物</p> <p>E:712kcal P:37.9g F:13.4g C:104.7g Na(S):1665.0mg (4.3g)</p>	<p>ハンバーガー ポテト・ヨーグルト</p> <p>E:538kcal P:19.6g F:15.7g C:75.8g Na(S):809.0mg (2.1g)</p>
						<p>野菜たっぷりタンメン 春巻</p> <p>E:1154kcal P:29.5g F:31.6g C:178.6g Na(S):3032.0mg (7.7g)</p>
<p>豚丼 中華ポテト・味噌汁</p> <p>E:1038kcal P:25.0g F:37.9g C:140.4g Na(S):968.0mg (2.4g)</p>	<p>チキンペッパー焼き コロッケ・スープ</p> <p>E:1010kcal P:36.8g F:30.3g C:138.7g Na(S):717.0mg (1.9g)</p>	<p>白身魚エスカベッシュ サラダ・スープ</p> <p>E:381kcal P:23.2g F:21.0g C:22.7g Na(S):1778.0mg (4.5g)</p>	<p>天津飯& 中華点心セット</p> <p>E:978kcal P:21.7g F:23.8g C:163.3g Na(S):1704.0mg (4.3g)</p>	<p>鯖の韓国風煮 揚げ出し・味噌汁</p> <p>E:960kcal P:31.9g F:32.7g C:124.6g Na(S):1806.0mg (4.6g)</p>	<p>親子丼 和之物・味噌汁</p> <p>E:824kcal P:34.4g F:22.8g C:113.4g Na(S):1758.0mg (4.5g)</p>	<p>トンカツ マカロサラダ・味噌汁</p> <p>E:906kcal P:25.2g F:18.5g C:153.5g Na(S):1410.0mg (3.6g)</p>

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。