



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/11/11 <b>Mon</b>	2019/11/12 <b>Tue</b>	2019/11/13 <b>Wed</b>	2019/11/14 <b>Thu</b>	2019/11/15 <b>Fri</b>	2019/11/16 <b>Sat</b>	2019/11/17 <b>Sun</b>
目玉焼き・ベーコン ・ポテト・牛乳  E:519kcal P:22.5g F:22.6g C:55.5g Na(S):763.0mg (2.0g)	豚肉和風ソース ・納豆・漬物  E:751kcal P:24.0g F:29.4g C:91.7g Na(S):1641.0mg (4.1g)	コロッケドッグ・サラダ ・ヨーグルト・OJ  E:502kcal P:12.8g F:10.1g C:88.4g Na(S):662.0mg (1.7g)	牛しぐれ煮・ 温泉卵・漬物  E:823kcal P:26.2g F:21.9g C:122.3g Na(S):4256.0mg (10.8g)	ナポリタン・卵サラダ ・ジョア・ロール  E:447kcal P:17.7g F:14.4g C:61.5g Na(S):857.0mg (2.2g)	鯖塩焼き・ ガンモ・海苔  E:764kcal P:29.2g F:30.7g C:86.3g Na(S):1252.0mg (3.2g)	ス克蘭ブル・サラダ ・コーン・OJ・パン  E:511kcal P:13.3g F:21.3g C:65.0g Na(S):584.0mg (1.4g)
						味噌ラーメン・春巻  E:1164kcal P:33.3g F:24.2g C:195.5g Na(S):4016.0mg (10.2g)
ホワイトシチュー カボチャコロッケ・	鶏の唐揚げ・ フルーツ・味噌汁	回鍋肉・春雨サラダ ・卵スープ	イワン蒲焼井 カニ酢・味噌汁	トンカツ・マカロサラダ ・味噌汁・ご飯	豚肉豆腐・ 和え物・吸い物	韓国風鶏の照り焼き 焼売・スープ  E:945kcal P:46.9g F:35.7g C:101.0g Na(S):2197.0mg (5.7g)

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。