



BREAKFAST

朝食



LUNCH

昼食 (定食)



DINNER

夕食

2019/12/16 <b>Mon</b>	2019/12/17 <b>Tue</b>	2019/12/18 <b>Wed</b>	2019/12/19 <b>Thu</b>	2019/12/20 <b>Fri</b>	2019/12/21 <b>Sat</b>	2019/12/22 <b>Sun</b>
豆腐揚げ・ベーコン・ ポテト・ホットケーキ E:407kcal P:14.3g F:23.0g C:35.5g Na(S):522.0mg (1.3g)	豚肉ステーキソース そぼろ高菜・味噌汁 E:754kcal P:22.2g F:30.9g C:91.5g Na(S):1748.0mg (4.4g)	カレーパン・オムレツ ・プリン・OJ E:493kcal P:14.1g F:11.5g C:82.6g Na(S):708.0mg (1.8g)	牛しぐれ煮・ 温泉卵・漬物 E:824kcal P:26.2g F:21.9g C:122.4g Na(S):4256.0mg (10.8g)	ナポリタン・卵サラダ ・ジョア・ロールパン 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)	スクランブル・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)
						かき揚げうどん (大) 大根田楽 E:1060kcal P:21.2g F:14.9g C:201.7g Na(S):2946.0mg (7.4g)
鶏の唐揚げ・ フルーツ・味噌汁 E:1096kcal P:36.8g F:31.1g C:157.8g Na(S):782.0mg (2.0g)	ミックスフライ・ サラダ・スープ E:1088kcal P:30.6g F:33.9g C:158.1g Na(S):1343.0mg (3.4g)	そぼろ月見丼・ コロッケ・味噌汁 E:1011kcal P:33.7g F:33.3g C:135.6g Na(S):1230.0mg (3.1g)	サンド&デザート E:1098kcal P:32.8g F:49.8g C:129.9g Na(S):2298.0mg (5.9g)	煮込ハンバーグ・ スパサラ・スープ E:1094kcal P:32.7g F:26.8g C:174.3g Na(S):2048.0mg (5.3g)	トンカツ・マカロサラダ ・味噌汁・ご飯 E:912kcal P:24.7g F:19.1g C:154.2g Na(S):1403.0mg (3.5g)	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):2286.0mg (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。