



朝食



昼食 (定食)



夕食

2019/12/09 Mon	2019/12/10 Tue	2019/12/11 Wed	2019/12/12 Thu	2019/12/13 Fri	2019/12/14 Sat	2019/12/15 Sun
ミニチキン・ウィンナー ・パン・牛乳 E:602kcal P:26.7g F:27.0g C:63.1g Na(S):1257.0mg (3.2g)	肉じゃが (カレー風味) 味付け海苔・漬物 E:711kcal P:26.0g F:17.5g C:107.4g Na(S):1611.0mg (4.1g)	ミートスパ・ サラダ・ジョア・パン E:777kcal P:24.1g F:14.7g C:132.0g Na(S):714.0mg (1.8g)	じゃがそばろ ・金平・つけもの E:618kcal P:24.1g F:10.2g C:102.5g Na(S):1571.0mg (4.0g)	エビ焼売・スナックチキン ポテト・OJ E:378kcal P:14.2g F:15.9g C:44.0g Na(S):682.0mg (1.8g)	鯖味噌焼き・ 玉子焼き・味噌汁 E:646kcal P:28.0g F:15.5g C:91.2g Na(S):1351.0mg (3.5g)	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)
						学園ラーメン・ キャベツ胡麻和え E:977kcal P:26.8g F:17.0g C:171.7g Na(S):1709.0mg (4.4g)
鮭のクリームシチュー ・サラダ E:555kcal P:27.5g F:19.7g C:64.0g Na(S):1254.0mg (3.2g)	タンドリーチキン ・サラダ・スープ E:1138kcal P:47.3g F:37.4g C:142.1g Na(S):932.0mg (2.4g)	カレーバイキング E:1467kcal P:31.6g F:44.2g C:227.8g Na(S):3285.0mg (8.3g)	白身魚エスカベッシュ ・サラダ・スープ E:824kcal P:32.9g F:13.9g C:134.5g Na(S):1886.0mg (4.8g)	鶏ささみフリッター ・フルーツ・ご飯 E:612kcal P:32.4g F:5.0g C:104.9g Na(S):711.0mg (1.8g)	豚ニラ玉・ 中華春雨・スープ E:1203kcal P:33.8g F:24.5g C:199.9g Na(S):1860.0mg (4.7g)	チキンカツ・黄桃・ オニオンスープ E:839kcal P:25.7g F:10.6g C:155.0g Na(S):588.0mg (1.5g)

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。