

今週の予定献立表

5月7日 ~ 5月13日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日
朝食	定食	350円	ベーコン スクランブル エッグ	鯖の照焼き	厚揚げと板わさ	がんも煮付 ゆで玉子	鶏の味噌焼き	アジの開き	休日
			285kcal 塩分2.2g	326kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	288kcal 塩分2.4g	300kcal 塩分2.0g	301kcal 塩分2.2g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	700円	ミックスフライ	NEW チキンの チリソース	豚肉の生姜焼き	NEW 鰯南蛮 タルタルソース	牛すき焼き風	休日	鮭ときのこの ホイル焼き
			415kcal 塩分2.4g	385kcal 塩分2.4g	396kcal 塩分2.4g	322kcal 塩分2.6g	426kcal 塩分2.3g		358kcal 塩分2.3g
	B定食	600円	シーフードカレー	牛丼	ハヤシライス	他人丼	照焼きチキン丼		照焼 ハンバーグ
			708kcal 塩分2.9g	648kcal 塩分2.4g	698kcal 塩分2.7g	648kcal 塩分1.9g	702kcal 塩分2.6g	434kcal 塩分2.4g	
	小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択						

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



5月14日 ~ 5月20日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日
朝食	定食	350円	ハムエッグ	鶏の照り焼き	鯖の塩焼き	オムレツ ウインナー	鮭の西京焼き	ベーコン野菜炒め	休日
			285kcal 塩分2.1g	300kcal 塩分2.0g	285kcal 塩分2.1g	301kcal 塩分2.0g	276kcal 塩分2.1g	285kcal 塩分2.1g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	700円	NEW カジキフライ	豚肉のチンゲン菜炒め	チキンカツ	NEW 麻婆茄子	回鍋肉	休日	タンドリーチキン
			400kcal 塩分1.4g	338kcal 塩分2.4g	305kcal 塩分1.2g	341kcal 塩分3.1g	445kcal 塩分2.7g		399kcal 塩分2.4g
	B定食	600円	チキンカレー	きのこハンバー グ	ガパオライス	玉子クッパ	ロコモコ丼		焼肉丼
			708kcal 塩分2.8g	434kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0g	612kcal 塩分2.5g	722kcal 塩分2.7g		648kcal 塩分2.6g
	小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択						

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0 g	0.6 g	0.0 g
みそ汁1杯	28kcal	1.8 g	0.7 g	1.5 g



5月21日 ~ 5月27日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日
朝食	定食	350円	ゆで卵 ソーセージ	肉豆腐	さつま揚げ 大根の煮付け	ハムエッグ	鮭の塩焼	キャベツと卵 ソーセージ炒め	休日
			301kcal 塩分2.0 g	325kcal 塩分2.3 g	288kcal 塩分2.4 g	285kcal 塩分2.1 g	276kcal 塩分2.1 g	295kcal 塩分2.1 g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	700円	NEW チキン香草焼き	鮭の ちゃんちゃん焼 き	チンジャオ ロースー	トンカツ	鶏肉きのこの クリーム煮	休日	鯖の味噌煮
			385kcal 塩分2.4 g	358kcal 塩分2.3 g	445kcal 塩分2.7 g	463kcal 塩分0.7 g	420kcal 塩分2.3 g		322kcal 塩分2.6 g
	B定食	600円	ポークカレー	親子丼	和風 ハンバーグ	鶏そぼろ丼	スタ丼		ハヤシライス
			698kcal 塩分2.7 g	642kcal 塩分2.1 g	434kcal 塩分2.4 g	682kcal 塩分2.6 g	682kcal 塩分2.6 g		698kcal 塩分2.7 g
	小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択						

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



5月28日 ~ 6月3日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日 5月28日	月 5月29日	火 5月30日	水 5月31日	木 6月1日	金 6月2日	土 6月3日	
朝食	定食	350円	ベーコン スクランブル エッグ	鶏の味噌焼き	ロールキャベツ	厚揚げと板わさ	がんも煮付 ゆで玉子	アジの開き	休日	
			285kcal 塩分2.2g	300kcal 塩分2.0g	332kcal 塩分2.5g	288kcal 塩分2.4g	288kcal 塩分2.4g	301kcal 塩分2.2g		
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ							
夕食	A定食	700円	豚しゃぶサラダ 風	鯖の明太マヨ焼き	牛焼肉	赤魚の煮付け	プルコギ	休日	鶏肉の味噌焼き	
			335kcal 塩分1.9g	416kcal 塩分2.4g	445kcal 塩分2.7g	326kcal 塩分2.4g	338kcal 塩分2.4g		416kcal 塩分2.4g	
	B定食	600円	挽肉とコーンの カレー	ねぎ塩豚丼	焼き鶏丼	ドライカレー	棒棒鶏		ビビンバ	
			708kcal 塩分2.9g	698kcal 塩分2.4g	702kcal 塩分2.6g	695kcal 塩分3.0g	365kcal 塩分1.9g		682kcal 塩分2.6g	
	小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択							

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g

