

今週の予定献立表

5月4日 ~ 5月10日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土			
			5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日			
朝食	定食	400円	休日	休日	休日	鯖の味噌煮	ロールキャベツ	鶏の照焼き	休日			
						322kcal 塩分2.6 g	332kcal 塩分2.5 g	300kcal 塩分2.0 g				
						ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	休日	休日	チーズハンバーグ	豚の生姜焼き	鶏のトマトソース	休日	鮭のソテー タルタルソース			
					435kcal 塩分2.6 g	396kcal 塩分2.4 g	399kcal 塩分2.4 g		416kcal 塩分2.4 g			
	B定食	700円			シーフードカレー	きのこハンバーグ	ねぎ塩豚丼		ハヤシライス			
					616kcal 塩分2.6 g	434kcal 塩分2.4 g	698kcal 塩分2.4 g			682kcal 塩分2.6 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	5.0 g	0.6 g	0.0 g
みそ汁1杯	28kcal	1.8 g	0.7 g	1.5 g



5月11日 ~ 5月17日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土	
			5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	
朝食	定食	400円	ハムエッグ	鮭の塩焼き	筑前煮	鶏の味噌焼き	がんも煮付け ゆで玉子	鯖の西京焼き	休日	
			285kcal 塩分2.1g	276kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	300kcal 塩分2.0g	288kcal 塩分2.4g	276kcal 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	800円	豚肉しゃぶ ゴマダレ	鶏の八丁味噌 焼き	麻婆豆腐	白身魚の チリソース	牛すき焼き風	休日	チキンの香草焼き	
			335kcal 塩分2.3g	401kcal 塩分2.7g	341kcal 塩分3.1g	398kcal 塩分2.9g	426kcal 塩分2.3g		385kcal 塩分2.4g	
	B定食	700円	チキンカレー	肉焼売	スタ丼	棒棒鶏	ロコモコ丼		トマト ハンバーグ	
			708kcal 塩分2.8g	408kcal 塩分2.2g	682kcal 塩分2.6g	365kcal 塩分1.9g	408kcal 塩分2.2g		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	5.0 g	0.6 g	0.0 g
みそ汁1杯	28kcal	1.8 g	0.7 g	1.5 g



今週の予定献立表

5月18日 ~ 5月24日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日
朝食	定食	400円	ご飯 ゆで卵 ウインナー	鯖の塩焼き	肉豆腐	ベーコン野菜炒め	鮭の塩焼き	厚揚げと板わさ	休日
			301kcal 塩分2.0g	285kcal 塩分2.1g	325kcal 塩分2.3g	285kcal 塩分2.1g	276kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	NEW 小松菜と豚肉 オイスターソース	ドイツ風 チキンの煮込み	NEW 鮭のマヨ ホイル焼き	牛焼肉	ジャージャー 厚揚げ	休日	豚ロース デミソース添え
			338kcal 塩分2.4g	420kcal 塩分2.3g	358kcal 塩分2.3g	445kcal 塩分2.7g	365kcal 塩分2.8g		435kcal 塩分2.6g
	B定食	700円	ポークカレー	ガパオライス	牛丼	和風ハンバーグ	ビビンバ		親子丼
			698kcal 塩分2.7g	695kcal 塩分3.0g	648kcal 塩分2.4g	434kcal 塩分2.4g	682kcal 塩分2.6g		642kcal 塩分2.1g
	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25日 ~ 5月31日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
朝食	定食	400円	ベーコン スクランブル エッグ	鶏の味噌焼き	オムレツ ウインナー	鯖の味噌煮	キャベツと玉子 ソーセージ	筑前煮	休日
			285kcal 塩分2.2g	300kcal 塩分2.0g	301kcal 塩分2.0g	322kcal 塩分2.6g	322kcal 塩分2.6g	288kcal 塩分2.4g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	鮭の西京焼き 鶏炊き込み御飯	豚しゃぶサラダ 風	鶏肉のエリンギ あんかけ	牛肉と焼豆腐煮	鯖の 明太マヨ焼き	休日	牛肉の生姜焼き
			658kcal 塩分2.9g	335kcal 塩分2.3g	413kcal 塩分2.7g	426kcal 塩分2.3g	416kcal 塩分2.4g		376kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	ロールキャベツ	焼肉丼	豚玉丼（温玉）	きのこ ハンバーグ	ドライカレー		他人丼
			392kcal 塩分2.5g	648kcal 塩分2.6g	648kcal 塩分2.6g	434kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0g		648kcal 塩分1.9g
	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

