

今週の予定献立表

6月1日 ~ 6月7日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土	
			6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	
朝食	定食	400円	鶏の照焼き	ハムエッグ	鮭の塩焼き	ロールキャベツ	鯖の味噌煮	がんも煮付け ゆで玉子	休日	
			300kcal 塩分2.0g	285kcal 塩分2.1g	276kcal 塩分2.1g	332kcal 塩分2.5g	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	豚肉の ガーリックソー ス	鶏の トマトソース	牛すき焼き風	アジフライ	チキンの香草焼き	休日	豚の生姜焼き	
			435kcal 塩分2.6g	399kcal 塩分2.4g	426kcal 塩分2.3g	425kcal 塩分1.8g	385kcal 塩分2.4g		396kcal 塩分2.4g	
	B定食	700円	挽肉とコーンの カレー	ねぎ塩豚丼	肉焼売	ガパオライス	スタ丼		親子丼	
			708kcal 塩分2.9g	698kcal 塩分2.4g	408kcal 塩分2.2g	695kcal 塩分3.0g	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



6月8日 ~ 6月14日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日
朝食	定食	400円	ベーコン スクランブル エッグ	鯖の西京焼き	ゆで卵 ウインナー	筑前煮	鶏の味噌焼き	肉豆腐	休日
			285kcal 塩分2.2g	276kcal 塩分2.1g	301kcal 塩分2.0g	288kcal 塩分2.4g	300kcal 塩分2.0g	325kcal 塩分2.3g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	牛焼肉	鶏の八丁味噌 焼き	NEW サーモンフライ タルタルソース	麻婆豆腐	鯖の 明太マヨ焼き	休日	チキンソテー ガーリックソース
			445kcal 塩分2.7g	401kcal 塩分2.7g	411kcal 塩分2.1g	341kcal 塩分3.1g	416kcal 塩分2.4g		399kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	チキンカレー	焼肉丼	棒棒鶏	ロコモコ丼	牛丼		ハヤシライス
			708kcal 塩分2.8g	648kcal 塩分2.6g	365kcal 塩分1.9g	408kcal 塩分2.2g	648kcal 塩分2.4g	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	5.0 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

6月15日 ~ 6月21日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
朝食	定食	400円	ご飯 ハムエッグ	鯖の塩焼き	ベーコン野菜炒め	厚揚げと板わさ	オムレツ ウィンナー	鮭の西京焼き	休日
			285kcal 塩分2.1g	285kcal 塩分2.1g	285kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	301kcal 塩分2.0g	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	白身魚の チリソース	ドイツ風 チキンの煮込み	牛肉と焼豆腐煮	NEW カニクリーム コロッケ	豚肉しゃぶ ゴマダレ	休日	豚ロース デミソース添え
			398kcal 塩分2.9g	420kcal 塩分2.3g	426kcal 塩分2.3g	421kcal 塩分1.9g	335kcal 塩分2.3g		435kcal 塩分2.6g
	B定食	700円	ポークカレー	和風ハンバーグ	豚玉丼（温玉）	スタ丼	ビビンバ		他人丼
			698kcal 塩分2.7g	434kcal 塩分2.4g	648kcal 塩分2.6g	682kcal 塩分2.6g	682kcal 塩分2.6g		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	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



6月22日 ~ 6月28日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土	
			6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	
朝食	定食	400円	ゆで卵 ウインナー	鯖の味噌煮	ロールキャベツ	鮭の塩焼き	がんも煮付け ゆで玉子	鶏の照焼き	休日	
			301kcal 塩分2.0g	322kcal 塩分2.6g	332kcal 塩分2.5g	276kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	300kcal 塩分2.0g		
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ							
夕食	A定食	800円	鶏肉のエリンギ あんかけ	豚の生姜焼き	ジャージャー 厚揚げ	メンチカツレツ	鮭ときのこの ホイル焼き	休日	チーズ ハンバーグ	
			413kcal 塩分2.7g	396kcal 塩分2.4g	365kcal 塩分2.8g	438kcal 塩分2.0g	358kcal 塩分2.3g		435kcal 塩分2.6g	
	B定食	700円	シーフード カレー	鶏の味噌焼井	トマト ハンバーグ	ねぎ塩豚丼	ドライカレー		親子丼	
			616kcal 塩分2.6g	652kcal 塩分2.6g	434kcal 塩分2.4g	698kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0g		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	5.0 g	0.6 g	0.0 g
みそ汁1杯	28kcal	1.8 g	0.7 g	1.5 g



6月29日 ~ 7月5日

今週の予定献立表



パン

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5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	さつま揚げ 大根の煮付け	鯖の西京焼き	オムレツ ウインナー	肉豆腐	休日
			285kcal 塩分2.2g	300kcal 塩分2.0g	288kcal 塩分2.4g	276kcal 塩分2.1g	301kcal 塩分2.0g	325kcal 塩分2.3g	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	チキントマトソース	牛焼肉	NEW ミックスフライ	豚しゃぶサラダ 風	チキンの 香草焼き	休日	鮭のソテー タルタルソース
			728kcal 塩分3.3g	445kcal 塩分2.7g	413kcal 塩分1.9g	335kcal 塩分2.3g	385kcal 塩分2.4g		416kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	シーフードピラフ	肉焼売	ロコモコ丼	牛丼	ガパオライス	きのこ ハンバーグ	他人丼
			408kcal 塩分2.2g	408kcal 塩分2.2g	648kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0g	434kcal 塩分2.4g	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	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g

