

今週の予定献立表

8月3日 ~ 8月9日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
朝食	定食	400円	ご飯 ハムエッグ	鶏の照焼き	ロールキャベツ	鯖の塩焼き	がんも煮付け ゆで玉子	筑前煮	休日
			285kcal 塩分2.1g	300kcal 塩分2.0g	332kcal 塩分2.5g	285kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	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	豚肉と茄子の 辛味噌焼	牛すき焼き風	チキン トマトソース	豚肉の ガーリックソー ス	白身魚の チリソース	休日	休日
			338kcal 塩分2.4g	426kcal 塩分2.3g	399kcal 塩分2.4g	435kcal 塩分2.6g	398kcal 塩分2.9g		
	B定食	700円	チキンカレー	肉焼売	スタ丼	棒棒鶏	和風ハンバーグ		
			708kcal 塩分2.8g	408kcal 塩分2.2g	682kcal 塩分2.6g	365kcal 塩分1.9g	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

当食堂の白米は、
国産米を使用
しております。



今週の予定献立表

8月10日 ~ 8月16日

区分	品目	価格	日 8月10日	月 8月11日	火 8月12日	水 8月13日	木 8月14日	金 8月15日	土 8月16日
朝食	定食	400円	8/8(金)夕食～8/17(日)朝食迄お盆休						
夕食	A定食	800円							
	B定食	700円							
	小鉢	80円							

※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

8月17日 ~ 8月23日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
朝食	定食	400円	休日	鯖の味噌煮	ベーコン スクランブル エッグ	肉豆腐	鶏の味噌焼き	ゆで卵 ウインナー	休日
				322kcal 塩分2.6 g	285kcal 塩分2.2 g	325kcal 塩分2.3 g	300kcal 塩分2.0 g	301kcal 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	NEW チーズハンバーグ ロコモコ風	豚肉しゃぶ ゴマダレ	鯖の 明太マヨ焼き	牛焼肉	豚の生姜焼き	休日	チキンソテー ガーリックソース
			738kcal 塩分3.1g	335kcal 塩分2.3 g	416kcal 塩分2.4 g	445kcal 塩分2.7 g	396kcal 塩分2.4 g		399kcal 塩分2.4 g
	B定食	700円	シーフード カレー	玉子クッパ	牛丼	ドライカレー	きのこ ハンバーグ		中華丼
			616kcal 塩分2.6 g	652kcal 塩分2.5 g	648kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0 g	434kcal 塩分2.4 g		642kcal 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	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



8月24日 ~ 8月30日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
朝食	定食	400円	ベーコン野菜炒め ご飯	厚揚げと板わさ	鮭の塩焼き	ハムエッグ	鯖の塩焼き	さつま揚げ 大根の煮付け	休日
			285kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	276kcal 塩分2.1g	285kcal 塩分2.1g	285kcal 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	豚ロース デミソース添え	牛肉と焼豆腐	鶏の八丁味噌 焼き	アジフライ	豚しゃぶサラダ風	休日	チキンの 香草焼き
			435kcal 塩分2.6g	426kcal 塩分2.3g	401kcal 塩分2.7g	425kcal 塩分1.8g	335kcal 塩分2.3g		385kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	ポークカレー	ロコモコ丼	ガパオライス	焼肉丼	ビビンバ		ハヤシライス
			698kcal 塩分2.7g	708kcal 塩分2.7g	695kcal 塩分3.0g	648kcal 塩分2.6g	682kcal 塩分2.6g		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



8月31日 ~ 9月6日

今週の予定献立表

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
朝食	定食	400円	ベーコン スクランブル エッグ 285kcal 塩分2.2g	鶏と厚揚げ煮物 300kcal 塩分2.0g	アジの開き 301kcal 塩分2.2g	ロールキャベツ 332kcal 塩分2.5g	がんも煮付け ゆで玉子 288kcal 塩分2.4g	肉豆腐 325kcal 塩分2.3g	休日
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	NEW イカフライ 425kcal 塩分1.8g	ジャージャー 厚揚げ 365kcal 塩分2.8g	白身フライ タルタルソース 411kcal 塩分2.1g	鮭ときのこの ホイル焼き 358kcal 塩分2.3g	ドイツ風 チキンの煮込み 420kcal 塩分2.3g	休日	豚肉とニンニクの 芽の炒め物 401kcal 塩分2.6g
	B定食	700円	ラーメン タンメン 581kcal 塩分5.7g	棒棒鶏 365kcal 塩分1.9g	鶏照焼きマヨ丼 702kcal 塩分2.6g	トマト ハンバーグ 434kcal 塩分2.4g	スタ丼 682kcal 塩分2.6g		親子丼 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

