



日付	1	2	3	4	5	6	7	8
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月
朝食	ご飯 フライバイキング ウインナー みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鮭の西京焼き 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 もやしと鶏肉の炒め物 揚げだし豆腐 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 あじフライ ベーコンエッグ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 コロコロチキンステーキ 肉じゃが みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ スクランブルエッグ サラダバー 牛乳 みそ汁	ご飯 若鶏の醤油香り揚げ 厚揚げのオイスター炒め みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 ごぼうと豚肉のピリ辛醬油炒め 玉子焼き みそ汁 サラダバー 牛乳
	891 kcal 30.8 g 361 mg 3.6 mg 5.1 g 44.5 g	862 kcal 32.6 g 410 mg 3.9 mg 3.7 g 38.9 g	888 kcal 33.5 g 411 mg 4.2 mg 3.6 g 41.3 g	869 kcal 29.4 g 322 mg 2.6 mg 3.5 g 41.8 g	873 kcal 32.9 g 369 mg 3.7 mg 4.2 g 37.4 g	833 kcal 31.8 g 454 mg 3.9 mg 4.5 g 30.9 g	811 kcal 36.8 g 481 mg 4.4 mg 2.9 g 33.3 g	858 kcal 34.8 g 390 mg 3.8 mg 5.0 g 37.2 g
夕食	ご飯 イタリアンチキンソテー デミソースロールキャバツ 蒸し野菜 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 四川麻婆豆腐 餃子 温ナムル スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 タンドリーチキン 白菜と玉子の塩炒め 大根のさっと煮 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉の味噌バター炒め コーンポール こんにゃくと野菜のおかか煮 サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛肉の甘辛炒め じゃがバター 肉入りワカメスープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉の葱塩焼き カレー風味野菜炒め 鶏そぼろれんこん みそ汁 サラダバー ヨーグルト	あんかけ焼きそば 柚子風味のつくねと大根の煮込み 肉入りワカメスープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ハンバーグ（ガーリックオニオン） ツナ入り野菜炒め じゃが芋のクリーム煮 スープ サラダバー ヨーグルト
	997 kcal 42.8 g 396 mg 3.1 mg 3.8 g 49 g	1007 kcal 39.3 g 341 mg 4.1 mg 5.9 g 46.7 g	1004 kcal 48.8 g 346 mg 5.2 mg 5.2 g 47 g	1013 kcal 26.8 g 203 mg 2.0 mg 3.7 g 56.9 g	1194 kcal 39.9 g 187 mg 4.0 mg 3.1 g 53.3 g	966 kcal 43.3 g 307 mg 4.1 mg 4.1 g 41.1 g	1004 kcal 39.4 g 442 mg 5.1 mg 7.4 g 47.5 g	1037 kcal 41.3 g 226 mg 4.7 mg 5.9 g 48.3 g

\*朝食・夕食ビュッフェスタイルです。  
\*仕入状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。



日付	9	10	11	12	13	14	15
曜日	火	水	木	金	土	日	月
朝食	選べる3種パン ハッシュポテト ウィンナー コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 じゃが芋とコーンの朝力 レー 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鶏肉と野菜の塩炒め 里芋のそぼろ煮 みそ汁 サラダバー 牛乳	フレンチトースト フライドチキン 根野菜肉団子 スープ サラダバー 牛乳	ご飯 鶏肉と厚揚げの炒め物 ス克蘭ブルエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 メンチカツ 筑前煮 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豚肉の甘辛炒め オムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳
	860 kcal 32.4 g 297 mg 2.2 mg 3.4 g 48.9 g	923 kcal 30.8 g 400 mg 5.1 mg 4.2 g 41.3 g	915 kcal 33.2 g 400 mg 4.1 mg 3.9 g 42.4 g	910 kcal 35.2 g 358 mg 3 mg 5.3 g 34.2 g	901 kcal 33 g 464 mg 4.4 mg 3.8 g 49 g	907 kcal 29.5 g 417 mg 4.8 mg 5 g 37.3 g	892 kcal 36.7 g 425 mg 4.5 mg 4 g 40.3 g
夕食	ご飯 照り焼きチキン トマトペンネ キャベツとベーコンの ホットサラダ みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉のBBQソース炒め 旨辛肉じゃが 茄子の味噌炒め みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛のガーリックペッパー 炒め シーフードステーキ じゃが芋のポトフ サラダバー ヨーグルト	～ タイフェア ～ 毎年恒例のタァちゃん 監修の料理を 提供します。 当日タァちゃん 来館します。 お楽しみに！！	ご飯 鶏肉のスタミナ炒め 切干大根 麻婆春雨 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚キムチ 海老カツ ほうれん草と油揚げのお 浸し みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉と青梗菜の中華炒め 黒豚焼売 厚揚げと白菜の和風煮 スープ サラダバー ヨーグルト
	1013 kcal 45.2 g 301 mg 3.6 mg 5.1 g 46.2 g	1070 kcal 49.6 g 302 mg 4.1 mg 4 g 46.7 g	975 kcal 35.3 g 211 mg 3.0 mg 2.7 g 48.0 g	kcal g mg mg g g	1058 kcal 39 g 371 mg 4.4 mg 4.5 g 48.5 g	1070 kcal 49.5 g 409 mg 6.0 mg 6.1 g 49.4 g	1001 kcal 45.6 g 366 mg 4.2 mg 5.9 g 42.0 g



\*朝食・夕食ビュッフェスタイルです。  
 \*仕入状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。

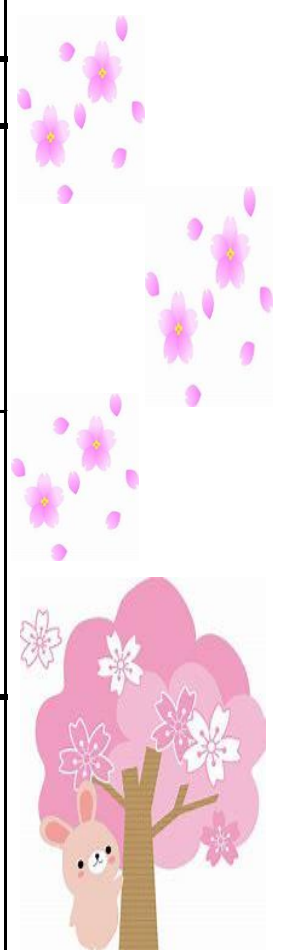


日付	16	17	18	19	20	21	22	23
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火
朝食	ひき肉カレー ミニとんかつ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 焼魚・塩さば 牛肉とごぼうの炒り煮 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 ピリ辛肉野菜炒め ウィンナー&スクランブルエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鶏のバター醬炒め ミートボール みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 和風おろしハンバーグ オムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 焼魚・さけ なすの挟み揚げ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豚と青梗菜の中華炒め 焼売 スープ サラダバー 牛乳	ご飯 白身魚フライ 照り焼き肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳
	956 kcal 39.6 g 326 mg 3.5 mg 4.6 g 41.2 g	825 kcal 34.4 g 396 mg 4.3 mg 3.8 g 36.6 g	891 kcal 33.4 g 412 mg 3.7 mg 3.9 g 41.9 g	890 kcal 31.2 g 369 mg 3.6 mg 5.8 g 42.1 g	937 kcal 38.3 g 432 mg 6.2 mg 5.2 g 44.9 g	827 kcal 33.6 g 379 mg 3.4 mg 3.5 g 33.1 g	889 kcal 39 g 362 mg 3.1 mg 4.8 g 39.4 g	926 kcal 37.3 g 398 mg 4.1 mg 4.5 g 39.2 g
夕食	ソース焼きそば 餃子 寄せ鍋風 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ごま味噌チキン トマトパンネ 野菜ソテー みそ汁 サラダバー ヨーグルト	牛すき煮風丼 とり天 温泉卵 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉の生姜焼き 麻婆春雨 肉団子 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 若鶏のバジル焼 小松菜とベーコンのガリ バターソテー フライドポテト スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉のうなたれ炒め ミニメンチカツ 油揚げとほうれん草のお浸し サラダバー ヨーグルト	ご飯 鶏肉の炭焼き風 ロールキャベツ じゃが芋とベーコンの甘辛マヨネーズ みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 和風ポークステーキ うま辛肉じゃが ナムル みそ汁 サラダバー ヨーグルト
	1052 kcal 47.6 g 334 mg 5.3 mg 4.6 g 49.9 g	1002 kcal 35.3 g 260 mg 3.2 mg 7.7 g 41.5 g	967 kcal 49.9 g 307 mg 5.8 mg 8.4 g 34.4 g	963 kcal 38.5 g 290 mg 3.9 mg 3.8 g 34.7 g	975 kcal 41.5 g 284 mg 4.9 mg 4.4 g 46.9 g	920 kcal 41.1 g 433 mg 6.0 mg 4.6 g 41.3 g	988 kcal 38.4 g 261 mg 4 mg 5.8 g 49.4 g	1069 kcal 48.1 g 301 mg 4.7 mg 6.5 g 43.7 g

\*朝食はビュッフェスタイルです。  
\*仕入状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。



日付	24	25	26	27	28	29	30
曜日	水	木	金	土	日	月	火
朝食	ご飯 豚のガリパタ炒め ウィンナー みそ汁 サラダバー 牛乳	ナポリタン ハッシュドポテト 炙りチキン(ガーリック) スープ サラダバー 牛乳	チキンカレー ウィンナー みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 アジフライ 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	コッペパン ミートオムレツ ウィンナー コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 豚のにんにくバター醤油炒め チーズいももち みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 ささみフライ スクランブルエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳
	880 kcal 36.2 g 462 mg 4.8 mg 3.8 g 42.7 g	912 kcal 315 g 351 mg 2.2 mg 5.3 g 49 g	919 kcal 32.3 g 390 mg 4.1 mg 4.5 g 42.1 g	897 kcal 31.6 g 365 mg 3.6 mg 4.0 g 40.1 g	806 kcal 33.0 g 329 mg 2.8 mg 4.7 g 48.9 g	888 kcal 33.3 g 399 mg 4.1 mg 2.8 g 32.1 g	862 kcal 35.0 g 379 mg 3.6 mg 4.0 g 36.6 g
夕食	スタミナ炒飯 焼売 鶏唐揚げ スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 チーズタッカルピ オニオンリング 切干大根 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉の葱塩焼き コーンボール チゲ風煮込み みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 若鶏の蒲焼き 鶏つみれ入り煮 きんぴらごぼう みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 ドミグラスソースハンバーグ チキナゲット 野菜ソテー サラダバー ヨーグルト	ご飯 四川風豚バラ麻婆豆腐 揚げ焼売 イカのニンニク塩胡椒炒め スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉のBBQソース炒め 野菜コロッケ ツナもやし和え みそ汁 サラダバー ヨーグルト
	1102 kcal 32.7 g 252 mg 4.4 mg 5.6 g 37 g	1060 kcal 38.5 g 434 mg 3.1 mg 5 g 46.5 g	982 kcal 37.8 g 333 mg 3.9 mg 3.4 g 43.3 g	1061 kcal 45.5 g 301 mg 4.2 mg 5.3 g 48.3 g	947 kcal 43.5 g 189 mg 3.2 mg 3.5 g 46.0 g	998 kcal 49.9 g 325 mg 3.7 mg 6.4 g 42.9 g	996 kcal 42.7 g 280 mg 4.4 mg 4.6 g 41.6 g



\*朝食はビュッフェスタイルです。  
 \*仕入状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。