



日付	1	2	3	4	5	6	7	8
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金
朝食	ご飯 鯖の味噌煮 厚焼き玉子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 照り焼きチキン スクランブルエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 ササミカツ スクランブルエッグ・ ソーセージ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 海老カツ スクランブルエッグ コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 鶏もものレモンバジルソ テー ウィンナー みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 カジキマグロのガーリック クソテー ベーコンエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳	ナポリタン オムレツ コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 焼き塩鯖さば 厚焼き玉子 みそ汁 サラダバー 牛乳
	968 kcal 39.5 g 341 mg 4.9 mg 3.9 g 33.3 g	1023 kcal 37.6 g 274 mg 2.6 mg 4.0 g 39.1 g	976 kcal 41.8 g 298 mg 3.1 mg 3.7 g 32.2 g	1046 kcal 30.5 g 307 mg 2.2 mg 3.8 g 36.6 g	1020 kcal 44.3 g 271 mg 2.6 mg 4.3 g 41.1 g	992 kcal 53.3 g 300 mg 3.6 mg 4.5 g 24.5 g	1336 kcal 48.2 g 358 mg 4.5 mg 5.5 g 37.6 g	967 kcal 36.6 g 299 mg 3.4 mg 2.5 g 37.4 g
夕食	ご飯 カレーチースダッカルビ オニオンリング 中華ポテト スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ねぎ味噌とんかつ クリームペンネ 温野菜 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ゴロゴロ野菜の酢豚 焼売 春雨サラダ スープ サラダバー ヨーグルト	チキンカレー もやしとハムの温ナムル フライドポテト スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラもやしの旨辛炒め キムチ湯豆腐 ジャーマンポテト スープ サラダバー ヨーグルト	牛すき釜玉うどん コロッケ グリル野菜 サラダバー ヨーグルト	ご飯 ガーリックハンバーグ ハッシュドポテト ブロッコリーとコーンの ソテー みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚肉と茄子のチーズ炒め 小籠包 春巻き スープ サラダバー ヨーグルト
	1016 kcal 32.9 g 281 mg 3.0 mg 3.8 g 26.8 g	1379 kcal 41.0 g 251 mg 3.3 mg 10.7 g 40.4 g	1195 kcal 39.6 g 254 mg 3.5 mg 5.8 g 28.0 g	1277 kcal 30.4 g 206 mg 3.4 mg 3.4 g 33.7 g	1201 kcal 40.9 g 263 mg 3.5 mg 4.0 g 55.3 g	1282 kcal 45.9 g 225 mg 5.4 mg 3.2 g 48.8 g	1020 kcal 34.4 g 206 mg 3.9 mg 3.7 g 31.5 g	1397 kcal 42.5 g 297 mg 3.2 mg 3.6 g 68.5 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。

11月

日付	9	10	11	12	13	14	15
曜日	土	日	月	火	水	木	金
朝食	ごはん コッパン スクランブルエッグ・ ソーセージ パンプキンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 豚肉とじゃが芋のカレー 炒め ウインナー みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鶏肉とじゃが芋のオイス ター炒め 厚焼き玉子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ピーマンとソーセージの 和風パスタ スクランブルエッグ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 鱈フライ チーズオムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 グリルチキン ジャーマンポテト みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 若鶏の醤油香り揚げ スクランブルエッグ・ ソーセージ スープ サラダバー 牛乳
	948 kcal 32.5 g 342 mg 2.9 mg 4.2 g 31.2 g	1195 kcal 42.7 g 279 mg 2.8 mg 3.6 g 55.2 g	959 kcal 41.0 g 325 mg 3.7 mg 3.4 g 30.2 g	1231 kcal 43.6 g 300 mg 3.9 mg 4.8 g 37.3 g	945 kcal 46.8 g 412 mg 3.4 mg 3.3 g 29.6 g	929 kcal 39.2 g 265 mg 2.5 mg 3.2 g 29.1 g	1056 kcal 39.7 g 303 mg 3.4 mg 3.9 g 43.3 g
夕食	ご飯 豚肉のはちみつ味噌焼き カレーコロッケ 大学芋 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 グリルチキンの中華ソ スがけ 小松菜のピリ辛ナムル もやしとハムの和え物 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 チキンカツ 温玉納豆 山形芋煮 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラバター醤油炒め カラフル野菜のピーナッ ツ和え さつまいもの甘露煮 スープ サラダバー ヨーグルト	辛味噌ラーメン 焼売 鶏の唐揚げ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラキムチ ほうれん草ナムル 春巻き スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚ロースオニオンソース かけ ミニ肉まん 大学芋 みそ汁 サラダバー ヨーグルト
	1079 kcal 38.5 g 191 mg 3.3 mg 3.1 g 28.7 g	1027 kcal 49.2 g 311 mg 5.2 mg 4.4 g 35.0 g	1074 kcal 40.1 g 196 mg 4.1 mg 2.9 g 36.4 g	1212 kcal 38.0 g 189 mg 2.9 mg 2.6 g 52.6 g	1089 kcal 44.1 g 222 mg 3.4 mg 4.8 g 40.0 g	1364 kcal 35.0 g 229 mg 3.8 mg 3.9 g 71.8 g	1076 kcal 39.7 g 176 mg 2.6 mg 2.5 g 30.0 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	土	日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯 チキンとポテトのハーブ炒め オムレツ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 フレンチトースト ス克蘭ブルエッグ・肉団子 コーンスープ サラダバー 牛乳	ソーセージとレタスのバター醤油パスタ ミートオムレツ パンプキンスープ サラダバー 牛乳	ひき肉カレー ソーセージ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 鶏ももとかぶの生姜醤油炒め 切干大根 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 食パン ス克蘭ブルエッグ・ソーセージ コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 デミハンバーグ オムレツ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 白身魚フライ 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳
	1060 kcal 41.1 g 294 mg 3.4 mg 4.2 g 39.5 g	1028 kcal 30.0 g 269 mg 1.7 mg 3.7 g 37.7 g	1324 kcal 50.5 g 315 mg 5.1 mg 6.0 g 40.3 g	1102 kcal 46.3 g 269 mg 2.9 mg 4.0 g 42.8 g	915 kcal 36.4 g 320 mg 3.0 mg 3.5 g 27.7 g	1057 kcal 36.4 g 367 mg 3.3 mg 4.6 g 33.1 g	924 kcal 35.2 g 311 mg 3.6 mg 3.8 g 28.3 g	981 kcal 35.3 g 302 mg 2.8 mg 4.1 g 30.0 g
夕食	ご飯 チキン南蛮 エビチリたま 春巻 スープ サラダバー ヨーグルト	レンコンとベーコンのピラフ グリルチキン イカリングフライ スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ジャークチキン 焼売 中華ポテト スープ サラダバー ヨーグルト	タコライス カニクリームコロッケ ブロッコリーとコーンのソテー みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラのパーコー風焼き たらこバターポテト グリル野菜 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 チャーシューメン 焼売 2種春巻 サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛バラ焼肉 小松菜とコーンの和え物 鶏の唐揚げ スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ジンジャーチキン キャベツとツナの炒め煮 中華ポテト みそ汁 サラダバー ヨーグルト
	1276 kcal 51.8 g 266 mg 3.9 mg 4.7 g 50.4 g	1225 kcal 54.2 g 170 mg 3.0 mg 5.3 g 45.2 g	1042 kcal 39.3 g 170 mg 2.5 mg 4.5 g 32.1 g	1301 kcal 50.8 g 480 mg 5.3 mg 3.8 g 44.6 g	1565 kcal 25.5 g 194 mg 3.1 mg 3.1 g 94.8 g	1016 kcal 40.5 g 191 mg 2.1 mg 7.4 g 33.3 g	1235 kcal 36.3 g 272 mg 5.0 mg 4.4 g 60.5 g	1022 kcal 37.7 g 222 mg 3.3 mg 2.8 g 33.7 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。

11月

日付	24	25	26	27	28	29	30
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯 焼き魚バイキング 肉じゃが みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ ソーセージ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 サーモンのホワイトソースがけ チーズinオムレツ コーンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 鶏肉とエリンギと舞茸のバター醤油炒め 肉団子 スープ サラダバー 牛乳	ナポリタン ベーコンエッグ パンプキンスープ サラダバー 牛乳	ご飯 レモンペッパーチキン 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	チキンカレー 切り干し大根 みそ汁 サラダバー 牛乳
	1007 kcal 51.3 g 281 mg 3.1 mg 3.7 g 30.4 g	913 kcal 36.8 g 644 mg 10.5 mg 4.1 g 29.5 g	969 kcal 50.5 g 372 mg 3.2 mg 2.6 g 36.3 g	1078 kcal 43.0 g 291 mg 3.0 mg 3.3 g 44.6 g	1330 kcal 49.2 g 341 mg 4.1 mg 5.8 g 38.8 g	1078 kcal 41.4 g 269 mg 2.7 mg 4.6 g 43.5 g	937 kcal 27.1 g 311 mg 2.7 mg 3.8 g 29.7 g
夕食	ご飯 回鍋肉 焼売 さつまいものレモン煮 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 鶏肉と茄子の甘酢炒め カニクリームコロッケ 肉団子と白菜と春雨の煮込み サラダバー ヨーグルト	大きなかき揚げうどん チキンステーキ 野菜コロッケ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラBBQソース焼き バターポテト 鶏の唐揚げ みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 チーズinハンバーグ ピーマンとキャベツのバターソテー チキンナゲット スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ジャンボチキンカツ ミートオムレツ グリル野菜 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 5種盛りおでん ミニチキンカツ 中華ポテト サラダバー ヨーグルト
	1181 kcal 32.2 g 200 mg 2.5 mg 3.7 g 45.7 g	1105 kcal 28.8 g 214 mg 3.0 mg 4.2 g 33.0 g	1262 kcal 38.8 g 205 mg 3.2 mg 9.9 g 56.8 g	1179 kcal 35.2 g 268 mg 2.5 mg 3.1 g 56.7 g	1170 kcal 44.1 g 340 mg 3.6 mg 5.3 g 45.2 g	1167 kcal 47.1 g 236 mg 4.6 mg 5.2 g 39.5 g	1146 kcal 43.0 g 239 mg 3.6 mg 3.2 g 37.7 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。