



日付	1	2	3	4	5	6	7	8
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯 パンバイキング ソーセージ クリームシチュー サラダバー 牛乳	ご飯 海老カツ ホットコーンポテト みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 野菜炒め 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鯖の塩焼 厚焼玉子・切干大根 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豆腐ハンバーグ 鶏ごぼう煮 みそ汁 サラダバー 牛乳	アスパラとベーコンのパ スタ ス克蘭ブルエッグ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 鱈フライ トマトオムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 コッペパン フランクフルト パンプキンシチュー サラダバー 牛乳
	1024 kcal 39.8 g 338 mg 3.3 mg 4.4 g 38.6 g	990 kcal 29.3 g 307 mg 2.2 mg 4.5 g 35.0 g	986 kcal 32.2 g 319 mg 3.0 mg 3.8 g 35.5 g	986 kcal 36.1 g 333 mg 3.6 mg 3.0 g 35.1 g	964 kcal 35.1 g 589 mg 9.2 mg 5.0 g 33.1 g	1466 kcal 47.7 g 309 mg 4.2 mg 3.7 g 57.6 g	1011 kcal 47.6 g 335 mg 3.6 mg 4.1 g 34.7 g	1038 kcal 35.5 g 344 mg 3.3 mg 4.2 g 31.6 g
夕食	豚カツカレー とんかつ ベーコンマカロニ みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 鶏ももとじゃが芋の辛マ ヨ炒め グリル野菜 オムレツ スープ サラダバー ヨーグルト	~節分メニュー~ 鶏ごぼうの炊き込みご飯 天ぷら3点盛 茶碗蒸し けんちん汁 節分豆 サラダバー ヨーグルト	ご飯 バジルチキン スパイシーポテト 白菜のクリーム煮 サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛ブルコギ ピリ辛鶏唐 ワカメとメンマの和え物 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 タンドリーチキン ベーコンとコーンともや しのソテー ポトフ サラダバー ヨーグルト	ご飯 葱塩豚バラ焼き 小松菜とハムの和え物 中華ポテト みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 ビックとんかつ クリームパンネ ブロッコリーのガーリック炒め スープ サラダバー ヨーグルト
	1272 kcal 35.3 g 190 mg 3.1 mg 5.2 g 46.5 g	1212 kcal 34.6 g 194 mg 2.6 mg 2.6 g 33.2 g	1333 kcal 57.5 g 370 mg 5.8 mg 3.8 g 48.3 g	1051 kcal 42.7 g 182 mg 2.7 mg 3.9 g 38.1 g	1274 kcal 39.8 g 326 mg 5.9 mg 3.2 g 61.7 g	1057 kcal 37.5 g 161 mg 2.9 mg 2.6 g 40.8 g	1121 kcal 32.0 g 190 mg 3.1 mg 4.5 g 61.3 g	1245 kcal 38.8 g 165 mg 2.6 mg 4.3 g 30.2 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。

# 2月

日付	9	10	11	12	13	14	15
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯 フライバイキング ハッシュドポテト みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豚バラオイスター炒め ミニかに玉 スープ サラダバー 牛乳	ご飯 照り焼きチキン きんぴらごぼう スープ サラダバー 牛乳	ご飯 フライドチキン チーズポテト みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 デミハンバーグ オムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鯖の味噌煮 厚焼玉子・ひじき煮 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鶏肉とキャベツの塩炒め ソーセージ みそ汁 サラダバー 牛乳
	1117 kcal 33.8 g 310 mg 2.6 mg 4.5 g 39.0 g	1147 kcal 35.7 g 309 mg 2.4 mg 2.3 g 53.8 g	1019 kcal 43.8 g 305 mg 3.3 mg 3.8 g 39.0 g	1090 kcal 38.5 g 289 mg 3.1 mg 4.0 g 47.0 g	1091 kcal 41.4 g 300 mg 3.9 mg 4.0 g 45.9 g	946 kcal 35.6 g 412 mg 4.1 mg 4.1 g 32.1 g	955 kcal 41.7 g 332 mg 3.0 mg 3.8 g 32.7 g
夕食	ご飯 ガーリックチキン カレーコロッケ 明太スパサラ スープ サラダバー ヨーグルト	味噌チャーシューメン 餃子 鶏の唐揚げ サラダバー ヨーグルト	ハヤシライス チキンカツ グリル野菜 コーンスープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラとキャベツの味噌 チーズ炒め チキンナゲット ザーサイともやしの和え 物 スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 エスニックチキン じゃが芋とベーコンのペ ペロンチーノ風和え コーンクリームパンネ スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラチンジャオロース キャベツとほぐし鶏の和 え物 焼売 スープ サラダバー ヨーグルト	蒸し中華蒸し鶏 ごま団子 中華クラゲ スープ サラダバー ヨーグルト
	1288 kcal 44.8 g 186 mg 3.3 mg 5.6 g 55.4 g	1120 kcal 38.9 g 209 mg 3.0 mg 4.7 g 41.0 g	1089 kcal 29.0 g 175 mg 3.1 mg 4.0 g 37.7 g	1334 kcal 46.7 g 339 mg 5.0 mg 4.7 g 63.6 g	1052 kcal 35.2 g 182 mg 3.0 mg 3.9 g 35.5 g	1179 kcal 46.7 g 208 mg 3.0 mg 4.0 g 48.4 g	1032 kcal 36.3 g 182 mg 2.9 mg 5.1 g 48.2 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	日	月	火	水	木	金	土	日
朝食	ご飯 鶏肉のトマトクリーム煮 ス克蘭ブルエッグ・ ハッシュドポテト サラダバー 牛乳	ご飯 鰯の照焼き 切干大根 みそ汁 サラダバー 牛乳	ししとうとひき肉の和風 パスタ オムレツ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 サーモンフライ ソーセージ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 鶏ももガーリックソテー チーズオムレツ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 ホットケーキ ベーコンエッグ 肉団子 スープ サラダバー 牛乳	ご飯 さんま蒲焼き 切り干し大根 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豚バラともやしの塩柚子 胡椒炒め 鶏つくね みそ汁 サラダバー 牛乳
	1192 kcal 37.3 g 285 mg 3.5 mg 3.0 g 40.6 g	1028 kcal 45.6 g 325 mg 4.2 mg 3.4 g 32.7 g	1232 kcal 56.2 g 333 mg 5.4 mg 4.7 g 29.2 g	1048 kcal 41.9 g 300 mg 3.1 mg 3.3 g 28.7 g	1136 kcal 47.0 g 367 mg 3.7 mg 4.8 g 39.9 g	1063 kcal 29.7 g 358 mg 2.3 mg 3.7 g 35.2 g	1133 kcal 37.4 g 593 mg 6.9 mg 4.5 g 31.8 g	1250 kcal 41.1 g 313 mg 3.6 mg 3.7 g 54.1 g
夕食	ご飯 豚ロース生姜焼き 鶏の唐揚げ クリームパンネ みそ汁 サラダバー ヨーグルト	麻婆あんかけ焼きそば 餃子 ザーサイともやしの中華 和え スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛バラと蓮根のピリ辛山 椒炒め 焼売 小松菜のナムル スープ サラダバー ヨーグルト	中華そば 大焼売 ブロccoliの梅おほか マヨ和え サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラとじゃが芋のオイ スター炒め 温野菜 バンバンジー スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ジャンボチキンカツ 茄子と厚揚げの甘辛炒め スパイシーポテト スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 ビーフストロガノフ ジャーマンポテト コロケ スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 2種たれチキン竜田 小籠包 ほぐし鶏のごまドレ和え スープ サラダバー ヨーグルト
	1412 kcal 52.6 g 229 mg 4.0 mg 4.4 g 53.6 g	1158 kcal 39.3 g 244 mg 2.9 mg 6.7 g 43.3 g	1256 kcal 38.6 g 252 mg 4.7 mg 3.7 g 47.5 g	1183 kcal 45.6 g 266 mg 4.5 mg 10.6 g 35.0 g	1231 kcal 56.2 g 211 mg 3.3 mg 3.2 g 57.1 g	1214 kcal 43.9 g 292 mg 3.9 mg 4.7 g 35.1 g	1429 kcal 42.8 g 171 mg 4.8 mg 4.8 g 57.7 g	1272 kcal 54.6 g 230 mg 3.7 mg 4.1 g 43.3 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	24	25	26	27	28	29
曜日	月	火	水	木	金	土
朝食	ご飯 照焼きハンバーグ ソーセージ スープ サラダバー 牛乳	ご飯 ほっけ塩焼き 厚焼き玉子・切り干し大根 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 豚肉の塩野菜炒め ス克蘭ブルエッグ みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 タンドリーチキン 肉団子 みそ汁 サラダバー 牛乳	ご飯 パンケーキ フランクフルト・チキン ピカタ スープ サラダバー 牛乳	ソーセージとレタスのパ ター醤油パスタ ミートオムレツ スープ サラダバー 牛乳
	1203 kcal 46.0 g 298 mg 3.9 mg 4.3 g 37.7 g	1164 kcal 50.6 g 607 mg 5.2 mg 3.5 g 25.7 g	1377 kcal 37.0 g 315 mg 2.9 mg 4.4 g 65.9 g	1255 kcal 45.5 g 299 mg 3.6 mg 4.3 g 50.1 g	1093 kcal 35.4 g 421 mg 3.0 mg 4.4 g 44.0 g	1324 kcal 50.5 g 315 mg 5.1 mg 6.0 g 40.3 g
夕食	ご飯 バジルチキン 温野菜 明太スパサラ ポトフ サラダバー ヨーグルト	ピリ辛担々麺 焼売 2種春巻 サラダバー ヨーグルト	牛丼 梅ささみフライ 温泉卵 ひじき煮 みそ汁 サラダバー ヨーグルト	ご飯 豚バラ生姜焼き パンプキンサラダ 鶏の唐揚げ スープ サラダバー ヨーグルト	タコライス かにクリームコロッケ ブロッコリーとコーンの ソテー スープ サラダバー ヨーグルト	ご飯 牛バラごぼう炒め チーズフライ ほぐし鶏とキャベツの さっぱり和え スープ サラダバー ヨーグルト
	1263 kcal 43.5 g 174 mg 3.1 mg 3.2 g 42.7 g	1310 kcal 42.5 g 203 mg 2.6 mg 5.1 g 42.4 g	1401 kcal 39.2 g 283 mg 5.7 mg 5.9 g 65.2 g	1305 kcal 43.0 g 204 mg 3.6 mg 3.0 g 63.3 g	1408 kcal 52.7 g 482 mg 5.5 mg 3.8 g 44.9 g	1488 kcal 56.8 g 548 mg 4.2 mg 4.4 g 64.8 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。