



	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)	10月16日(日)
朝食	御飯・パン 味噌汁(里芋・青葱・しめじ) 甘酢ダレ肉だんご 野菜サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁(長葱・わかめ・花麩) きのこ鶏肉のバターソテー 大根サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁(ふのり・玉葱・わけぎ) サラダステーキ 蒸し鶏のサラダ 納豆 牛乳・ヨーグルト	御飯・パン 味噌汁(花麩・玉葱・葉大根) じゃが芋とウインナーソテー 海草サラダ 納豆 牛乳	御飯・パン 味噌汁(とろろ昆布・豆苗・人参) チキンナゲット ツナ入りサラダ 納豆 牛乳	御飯・パン ポターシュ オムレツとハンバーグ ポテトサラダ 牛乳・ジュース	御飯・パン 味噌汁(小松菜・豆麩・大根) 厚焼卵とウインナー ブロッコリーサラダ 納豆 牛乳
	I総計 -733kcal 卵バク:23.9g 脂質 :17.7g 食塩相:2.7g	I総計 -748kcal 卵バク:28.7g 脂質 :23.1g 食塩相:2.3g	I総計 -879kcal 卵バク:31.2g 脂質 :31.7g 食塩相:3.4g	I総計 -670kcal 卵バク:20.8g 脂質 :15.6g 食塩相:2.5g	I総計 -810kcal 卵バク:30.3g 脂質 :27.2g 食塩相:3.2g	I総計 -976kcal 卵バク:28.3g 脂質 :30.2g 食塩相:3.5g	I総計 -748kcal 卵バク:26.4g 脂質 :23.5g 食塩相:2.6g
	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば
昼食	ハヤシライス コンソメスープ いちごムース	札幌辛味噌ラーメン 揚げ餃子 御飯	ツナのクリームパスタ じゃがいものスープ ごまロールパン	照りマヨチキン丼 味噌汁(大根・なめこ・青芥) ミニアメリカンドッグ	肉そば わかめ御飯 もやし中華和え	焼き鳥丼 味噌汁(キャベ・えのき・油揚げ) ミックスサラダ	豚肉とキャベツのスタミナ丼 味噌汁(豆腐・春菊・人参) サラダ
	I総計 -967kcal 卵バク:21.9g 脂質 :40.7g 食塩相:5.4g	I総計 -918kcal 卵バク:31.3g 脂質 :27.9g 食塩相:6.6g	I総計 -780kcal 卵バク:30.4g 脂質 :25.2g 食塩相:3.1g	I総計 -1020kcal 卵バク:35.0g 脂質 :47.2g 食塩相:3.2g	I総計 -915kcal 卵バク:34.4g 脂質 :31.9g 食塩相:5.6g	I総計 -837kcal 卵バク:34.0g 脂質 :33.1g 食塩相:3.6g	I総計 -855kcal 卵バク:30.8g 脂質 :35.6g 食塩相:2.9g
	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば
夕食	御飯 味噌汁(高野豆腐・長葱・水菜) 豚肉の生姜焼 南瓜の煮物	御飯 味噌汁(生揚げ・ほうれん草・人参) スタミナポーク ごま和え	御飯 けんちん汁 魚の南蛮漬け なめ草和え 納豆	御飯 味噌汁(もやし・油揚げ・大根) 牛肉の甘辛炒め キャベツサラダ	御飯 味噌汁(豆腐・白菜・かいわれ) ガーリック醤油チキン ピーマンサラダ	御飯 中華スープ 豚肉のキムチ炒め 枝豆とコーンのサラダ	御飯 味噌汁(花麩・豆苗・青葱) ミックスフライ スパゲティサラダ
	I総計 -870kcal 卵バク:30.5g 脂質 :33.2g 食塩相:2.6g	I総計 -899kcal 卵バク:32.7g 脂質 :39.4g 食塩相:2.3g	I総計 -692kcal 卵バク:32.6g 脂質 :16.0g 食塩相:3.1g	I総計 -906kcal 卵バク:30.5g 脂質 :36.2g 食塩相:2.4g	I総計 -976kcal 卵バク:35.8g 脂質 :40.7g 食塩相:2.9g	I総計 -856kcal 卵バク:31.3g 脂質 :37.8g 食塩相:2.6g	I総計 -946kcal 卵バク:27.8g 脂質 :33.4g 食塩相:4.0g
	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目	アレルギー7品目
	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば	卵 乳 小麦 エビ カニ 落花生 そば
日計	I総計 -2570kcal 卵バク:76.3g 脂質 :91.6g 食塩相:10.6g	I総計 -2565kcal 卵バク:92.7g 脂質 :90.4g 食塩相:11.2g	I総計 -2351kcal 卵バク:94.2g 脂質 :72.9g 食塩相:9.6g	I総計 -2596kcal 卵バク:86.3g 脂質 :99.0g 食塩相:8.1g	I総計 -2701kcal 卵バク:100.5g 脂質 :99.8g 食塩相:11.7g	I総計 -2669kcal 卵バク:93.6g 脂質 :101.1g 食塩相:9.7g	I総計 -2549kcal 卵バク:85.0g 脂質 :92.5g 食塩相:9.6g

注1) いつもご利用ありがとうございます。仕入等の都合により、急遽メニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

注2) アレルギー主要7品目を色分け表示しております。(赤色：原材料含まれる/緑色：同一ラインまたは同一工場で使用)

