













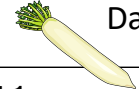
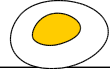




週間献立表

2024年	4月29日 (月)	4月30日 (火)	5月1日 (水)	5月2日 (木)	5月3日 (金)
Aセット 小鉢付		豚へレカツ  Pork	塩だれ焼き肉  Beef  Pork	揚げ鶏の スイートチリソース  Chicken	
エネルギー(kcal) Energy		663	800	742	
脂質(g) Lipid		15.3	30.5	26.1	
食塩相当量(g) Salt equivalents		3.1	3.5	2.8 	
Bセット 小鉢付	昭和の日	野菜たっぷり 肉団子の甘酢あんかけ  Chicken  Chinese cabbage	野菜たっぷり 鶏肉と 大根のピタン煮  Chicken	DHA・EPA 鮭の塩焼き  Fish	憲法記念日
エネルギー(kcal) Energy		668	エネルギー 控え目 605	エネルギー 控え目 600	
脂質(g) Lipid		18.4	17.2	18.2	
食塩相当量(g) Salt equivalents		2.8 	4.1	3.0	
Cセット 小鉢付	昭和の日 	牛丼 温玉添え  Beef  Egg	イカ天 おろしそば  Squids  Daikon	月見そばろ丼  Egg  Pork	
エネルギー(kcal) Energy		795	471	697	
脂質(g) Lipid		32.7	麺のみ 栄養価 10.2	23.7	
食塩相当量(g) Salt equivalents		3.2	4.8	2.9	
定番定食	唐揚げ定食(ライス・汁物・小鉢付)				
ライスメニュー	カレーライス(サラダ・汁物付)・唐揚げカレーライス(サラダ・汁物付)・カツカレーライス(サラダ・汁物付)				
麺類	きつね・山菜・わかめ・昆布・カレー・唐揚げカレー・カツカレー うどん/そば 日替わりラーメン				

ヘルシーメニュー

- エネルギー控え目** ...エネルギーが650kcal以下のメニューです。
- 脂質控え目** ...脂質が15g以下のメニューです。
- DHA・EPA** ...血液サラサラ効果のあるDHA・EPAが含まれているメニューです。
- 野菜たっぷり** ...野菜が120g以上摂れるメニューです。

★表示の栄養価には、**A・B定食**: 白ごはん200gとみそ汁が含まれております。小鉢は含まれておりません。
C定食: 白ごはん250gとみそ汁

白ごはん200g: 336kcal/250g: 420kcal

※材料入荷の都合等により、献立を変更する場合がありますがご了承ください。