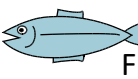


週間献立表

2025年	4月28日 (月)	4月29日 (火)	4月30日 (水)	5月1日 (木)	5月2日 (金)	
Aセット 小鉢付	メンチカツ  Beef  Chicken	昭和の日 	塩だれ焼き肉  Beef  Pork	豚ヘルカツ  Pork	揚げ鶏の スイートチリソース  Chicken	
エネルギー(kcal) Energy	733		759	659	742	
脂 質(g) Lipid	22.4		32.5	14.8	26.1	
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.4		3.4	3.1	2.8 塩分 控え目	
Bセット 小鉢付	野菜たっぷり 豚肉の柳川風煮  Pork  Egg		野菜たっぷり ウインナーポトフ  Sausage  Potato	野菜たっぷり 鶏肉と 青梗菜の中華炒め  Chicken  Qing gin cai	DHA・EPA さごしの タルタル焼き  Fish  Egg	
エネルギー(kcal) Energy	エネルギー 控え目 591		エネルギー 控え目 576	エネルギー 控え目 582	エネルギー 控え目 640	
脂 質(g) Lipid	15.2		17.1	18.6	22.0	
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.1		2.8 塩分 控え目	3.4	2.0 塩分 控え目	
Cセット 小鉢付	シーフードカレー  Shrimp  Curry roux		ソース チキンカツ丼  Chicken  Cabbage	和風ラーメン  Grilled pork  Yuzu pepper	とろろのせ豚丼  Nagaimo  Pork	
エネルギー(kcal) Energy	601		651	385	780	
脂 質(g) Lipid	15.2		15.0	麺のみ 栄養価 2.7	30.4	
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.8		3.0	6.0	3.2	
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

脂質
控え目

DHA・EPA

野菜たっぷり

…エネルギーが650kcal以下のメニューです。
…脂質が15g以下のメニューです。
…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。
…野菜が120g以上摂れるメニューです。

※食塩相当量が2.8g以下のメニューには「塩分控えめ」のマークをつけております。

★表示の栄養価には、

A・B定食:白ごはん200gとみそ汁

C定食:白ごはん250g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。

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。