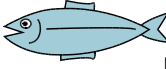
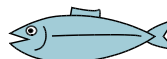
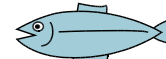
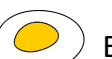


週間献立表

6月は「お酢フェア」を開催！！

2025年	6月9日 (月)	6月10日 (火)	6月11日 (水)	6月12日 (木)	6月13日 (金)
Aセット 小鉢付	デジプルコギ (豚肉の甘辛炒め)  Pork	塩ガーリック 唐揚げ  Chicken  Garlic	カニクリームコロッケ & アジフライ  Crab  Fish	若鶏の香草焼き  Chicken	豚天 中華醤油だれ  Pork
エネルギー(kcal) Energy	741	686	761	669	825
脂 質(g) Lipid	30.3	23.8	29.0	26.6	36.9
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.6	2.6 塩分 控え目	2.6	2.8 塩分 控え目	3.1
Bセット 小鉢付	水ギョーザのスープ煮  Fish  Egg	DHA・EPA サゴシの柚庵焼き  Fish	野菜たっぷり 豚肉の柳川風煮  Pork  Egg	麻婆豆腐  Pork  Tofu	野菜たっぷり 筑前煮  Chicken  Lotus root
エネルギー(kcal) Energy	エネルギー 控え目 573	エネルギー 控え目 589	エネルギー 控え目 591	エネルギー 控え目 648	エネルギー 控え目 614
脂 質(g) Lipid	脂質 控え目 13.2	脂質 控え目 14.3	15.2	23.4	脂質 控え目 15.0
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.3	3.0	3.1	3.0	3.3
Cセット 小鉢付	シーフードカレー  Shrimp  Curry roux	おろし豚丼  Pork  Daikon	高菜とんこつ ラーメン  Grilled pork  Salted pickles	白身魚フライ 南蛮ライス  Fish	冷やし トロ玉うどん  Nagaimo  Egg
エネルギー(kcal) Energy	601	812	436	826	392
脂 質(g) Lipid	15.2	32.9	麺のみ 栄養価 8.4	26.5	麺のみ 栄養価 6.0
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.8	3.2	6.8	3.7	3.5
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。

※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]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。