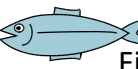
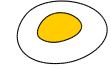
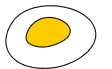


週間献立表

2025年	11月17日 (月)	11月18日 (火)	11月19日 (水)	11月20日 (木)	11月21日 (金)
Aセット 小鉢付	豚肉の 甘辛味噌炒め  Pork  Miso	チキンソー ステーキソース  Chicken	DHA・EPA 白身魚フライ  Fish	若鶏の天ぷら  Chicken	ローストンカツ  Pork
エネルギー(kcal) Energy	694	762	631	715	697
脂 質(g) Lipid	27.2	29.5	22.4	26.0	26.3
食塩相当量(g) Salt equivalents	2.7 	3.9	2.6 	2.8 	2.5 
Bセット 小鉢付	野菜たっぷり ハンバーグポトフ  Beef  Chicken  Pork  Potato	野菜たっぷり 豚肉と里芋のごま煮  Pork  Satoimo  Sesame	鶏肉の豆板醬炒め  Chicken  Doubanjiang	野菜たっぷり 牛肉と こんにゃくの味噌煮  Beef  Konjac	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 524	エネルギー 控え目 624	580	エネルギー 控え目 579	エネルギー 控え目 645
脂 質(g) Lipid	9.6	20.2	18.4	17.0	23.1
食塩相当量(g) Salt equivalents	2.8 	2.2 	3.3	3.0	2.1 
Cセット 小鉢付	エビカツとじ丼  Shrimp  Egg	ミートソース スパゲッティ  Beef  Pork	中華丼  Pork  Japanese quail's eggs	あさりバター うどん  Sort- necked clams	三色丼  Pork  Egg
エネルギー(kcal) Energy	691	716	676	331	711
脂 質(g) Lipid	16.5	麺のみ 栄養価 27.7	23.1	麺のみ 栄養価 2.4	22.3
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.6	3.2	3.3	5.9	3.4
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。

★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

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。

※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。