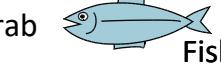
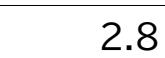
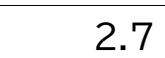
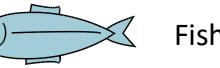
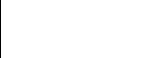
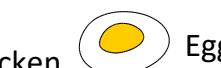
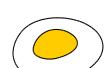
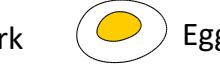
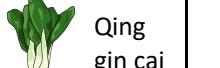


# 週間献立表

2026年	2月16日 (月)	2月17日 (火)	2月18日 (水)	2月19日 (木)	2月20日 (金)
Aセット 小鉢付	カニクリームコロッケ &アジフライ  Crab 	若鶏の照り焼き  Chicken	豚肉の 甘辛味噌炒め  Pork  Miso	濃厚テミバタ ミンチカツ  Beef  Chicken	とり天 甘酢あん  Chicken
エネルギー(kcal) Energy	701	648	647	791	675
脂質(g) Lipid	24.1	21.7	22.8	28.0	18.1
食塩相当量(g) Salt equivalents	2.6  塩分控え目	2.8  塩分控え目	2.6  塩分控え目	3.7	2.7  塩分控え目
Bセット 小鉢付	野菜たっぷり 豚肉の さっぱり中華炒め  Pork  Cabbage	DHA・EPA 白身魚の和風あんかけ  Fish	野菜たっぷり 鶏肉のトマト煮  Chicken  Tomatoes	野菜たっぷり 豚肉の柳川風煮  Pork  Egg	水ギョーザのスープ煮  Fish  Egg
エネルギー(kcal) Energy	638	エネルギー控え目 564	エネルギー控え目 622	エネルギー控え目 591	エネルギー控え目 573
脂質(g) Lipid	24.8	14.5	15.7	15.2	脂質控え目 13.2
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.2	3.8	2.6  塩分控え目	3.1	3.3
Cセット 小鉢付	さっぱり 鶏塩うどん  Chicken  Egg	キーマカレー 温玉のせ  Beef  Pork  Egg	サンラータン麺  Pork  Egg	鶏肉の照り焼き丼  Chicken  Egg	野菜たっぷり 牛肉飯  Beef  Qing gin cai
エネルギー(kcal) Energy	434	732	516	681	エネルギー控え目 650
脂質(g) Lipid	麺のみ栄養価 13.6	26.2	麺のみ栄養価 11.2	20.1	20.7
食塩相当量(g) Salt equivalents	7.5	4.0	5.4	3.1	3.6
定番定食	唐揚げ定食(ライス・汁物・小鉢付)				
ライスマニュー	カレーライス(サラダ・汁物付)・唐揚カレーライス(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・唐揚カレー・カツカレー うどん/そば				
ヘルシーオススメ エネルギー控え目	…エネルギーが650kcal以下のメニューです。				
ヘルシーオススメ 脂質控え目	…脂質が15g以下のメニューです。				
ヘルシーオススメ 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。				
ヘルシーオススメ 野菜たっぷり	…野菜が120g以上摂れるメニューです。				

…エネルギーが650kcal以下のメニューです。  
…脂質が15g以下の中華炒めです。  
…血液サラサラ効果のあるDHA・EPAが含まれているカツカレーライスです。  
…野菜が120g以上摂れるカツカレーライスです。  
※食塩相当量が2.8g以下のメニューには「塩分控え目」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。