













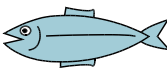











週間献立表

2026年	6月22日 (月)	6月23日 (火)	6月24日 (水)	6月25日 (木)	6月26日 (金)
Aセット 小鉢付	DHA・EPA イワシフライ  Fish	若鶏のカレー焼き  Chicken  Curry powder	ポークチャップ  Pork	チキン南蛮  Chicken  Egg	メンチカツ  Beef  Chicken
エネルギー(kcal) Energy	683	711	681	660	732
脂質(g) Lipid	18.6	25.1	21.5	18.6	22.4
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.0	2.1 塩分控え目	2.6 塩分控え目	3.0	3.4
Bセット 小鉢付	ブラックペッパーの塩肉じゃが  Pork  Potato	カツとじ  Pork  Egg	野菜たっぷり 鶏肉と厚揚げの旨煮  Chicken  Nama-age	野菜たっぷり 五目野菜炒め  Pork  Potato  Cabbage	DHA・EPA 赤魚の照り焼き  Fish
エネルギー(kcal) Energy	エネルギー控え目 625	725	エネルギー控え目 624	684	エネルギー控え目 508
脂質(g) Lipid	15.4	23.3	18.4	31.2	脂質控え目 7.3
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.4	4.4	2.9	3.0	3.1
Cセット 小鉢付	冷やしちくわ天月見そば  Chikuwa Tempura  Egg	深川めし&豚汁  Sort-necked clams  Pork	和風ラーメン  Grilled pork  Yuzu pepper	韓国風とろろご飯  Nagaimo  Pork	親子丼  Chicken  Egg
エネルギー(kcal) Energy	515	585	420	643	644
脂質(g) Lipid	麺のみ栄養価 12.4	16.3	麺のみ栄養価 6.3	19.8	13.7
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.8	4.5	5.6	2.1	3.1
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 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
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。

※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。