













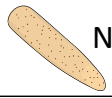




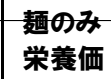


週間献立表

2026年	7月6日 (月)	7月7日 (火)	7月8日 (水)	7月9日 (木)	7月10日 (金)
Aセット 小鉢付	揚げ鶏の スイートチリソース  Chicken	甘辛味噌炒め  Pork  Miso	ハムカツ  Ham	ローストンカツ  Pork	レモンペッパー チキン  Chicken  Lemon
エネルギー(kcal) Energy	732	624	656	703	672
脂質(g) Lipid	22.7	20.8	20.9	26.3	22.6
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.3	2.6 	3.2	2.5 	3.1
Bセット 小鉢付	 野菜たっぷり 豚肉の根菜煮  Pork  Daikon	 野菜たっぷり 酢鶏  Chicken	 野菜たっぷり ブラウンシチュー  Beef  Pork  Potato	 野菜たっぷり 厚揚げと根菜の 中華煮  Beef  Pork  Nama-age	 DHA・EPA いわしの蒲焼き風  Fish
エネルギー(kcal) Energy	 エネルギー 控え目 586	 エネルギー 控え目 648	697	 エネルギー 控え目 632	655
脂質(g) Lipid	 脂質 控え目 14.0	15.8	21.1	20.0	23.2
食塩相当量(g) Salt equivalents	2.9	3.8	3.3	3.3	2.8 
Cセット 小鉢付	プルコギ丼  Beef  Pork	月見やまかけそば  Nagaimo  Egg	キーマカレー 温玉のせ  Beef  Pork  Egg	ゆで鶏と刻み葱たれの 冷やし中華  Chicken	おろし豚丼  Pork  Daikon
エネルギー(kcal) Energy	618	508	756	440	773
脂質(g) Lipid	19.3	 麺のみ 栄養価 12.4	28.2	 麺のみ 栄養価 6.0	29.3
食塩相当量(g) Salt equivalents	3.2	4.7	4.1	5.4	2.9
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
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。