

Weekly Menu															
日曜日	12月29日 (月)		12月30日 (火)		12月31日 (水)		1月1日 (木)		1月2日 (金)		1月3日 (土)		1月4日 (日)		
朝食	※朝食のアレルゲン表示には、「納豆」「ふりかけ」「サラダバー」は含まれておりません。提供レーンのメニュー別表示をご確認ください。														
昼食															
夕食													Aセット ミックスフライ		
													Bセット からふとマスの塩焼き		
													A・B共通メニュー ブロッコリーとコーンのマヨ和え		
													味噌汁		
													E P F C S		
													Aセット		
													878 18.2 25.3 148.7 2.8		
													g g g g g		
													アレルギー小麦卵乳そば落花生えびかにくるみ		
													● ● ● ● ● ● ●		
												Bセット			
												655 21.5 10.6 119.7 2.1			
												g g g g g			
												アレルギー小麦卵乳そば落花生えびかにくるみ			
												● ● ● ● ● ● ●			

*栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

*いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。
*栄養価・アレルギー表示には、朝食の自由選択食材（ふりかけ・納豆・サラダバー）は含まれておりません。提供場所の個別表示をご確認ください。ご不明な点は、従業員までお尋ねください。
*アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くるみ」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

日曜日	1月5日 (月)					1月6日 (火)					1月7日 (水)					1月8日 (木)					1月9日 (金)					1月10日 (土)					1月11日 (日)				
朝食	※朝食のアレルゲン表示には、「納豆」「ふりかけ」「サラダバー」は含まれておりません。提供レーンのメニュー別表示をご確認ください。																																		
	Aセット ご飯（ふりかけ）					Aセット ご飯（ふりかけ）					Aセット ご飯（ふりかけ）					Aセット ご飯（ふりかけ）					Aセット ご飯（ふりかけ）														
	Bセット パン（ジャム・マーガリン）					Bセット パン（ジャム・マーガリン）					Bセット パン（ジャム・マーガリン）					Bセット パン（ジャム・マーガリン）					Bセット パン（ジャム・マーガリン）														
	AB共通メニュー 照り焼きハンバーグ					AB共通メニュー チーズチキンフライ					AB共通メニュー 豚の味噌コーンバター					AB共通メニュー 目玉焼き					AB共通メニュー ハム野菜炒め														
	プレーンオムレツ サラダ					ブロッコリーの青煮 サラダ					五目豆 サラダ					ウインナーと野菜のソテー サラダ					蒸し鶏のコールスローサラダ サラダ														
	牛乳・納豆・味噌汁					牛乳・納豆・味噌汁					牛乳・納豆・味噌汁					牛乳・納豆・味噌汁					牛乳・納豆・味噌汁														
	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S										
Aセット					Aセット					Aセット					Aセット					Aセット															
704	21.8	13.7	127.5	3.1	716	18.9	17.2	125.7	2.3	725	19.9	15.0	133.3	2.9	746	22.3	20.9	120.8	2.1	654	15.4	13.9	121.6	2.3											
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g											
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
Bセット					Bセット					Bセット					Bセット					Bセット															
484	18.1	18.6	61.7	3.7	496	15.2	22.1	59.9	2.9	505	16.2	19.9	67.5	3.5	526	18.6	25.8	55.0	2.7	434	11.7	18.8	55.8	2.9											
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g											
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●															
昼食	Aセット とんこつ醤油ラーメン					Aセット 豚プルコギ丼					Aセット 肉うどん					Aセット ミートソース					Aセット カレーライス														
	Bセット インド風タンドリーチキン					Bセット 揚げ鶏のネギ南蛮だれ					Bセット チキンクリームシチュー					Bセット 豆腐ハンバーグ&焼きコロッケ					Bセット アジの竜田揚げ 香味ソース														
	A・B共通メニュー プリン					A・B共通メニュー 蒟蒻ピーチゼリー					A・B共通メニュー フルーツ白玉					A・B共通メニュー 蒟蒻ぶどうゼリー					A・B共通メニュー オレンジ														
	ピリ辛スープ					わかめスープ					大根と油揚げの味噌汁					コンソメジュリアン					キャベツと玉葱の味噌汁														
	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S										
	791	22.9	13.2	144.0	8.5	572	13.8	8.8	112.7	2.1	843	22.8	14.0	154.5	6.4	789	19.6	8.4	163.0	4.2	605	13.5	14.7	110.0	4.6										
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g										
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●															
Bセット					Bセット					Bセット					Bセット					Bセット															
927	33.0	25.7	145.6	2.5	829	26.8	21.0	134.9	3.7	904	25.1	19.1	162.6	4.7	800	15.3	16.6	151.9	4.0	695	21.2	8.9	132.7	4.8											
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g											
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●					● ● ●															
夕食	Aセット 鶏の西京みそ焼き					Aセット メンチカツレツ粒マスタードソース					Aセット 鶏のから揚げ					Aセット ヤンニョムチキン																			
	Bセット 豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ風					Bセット 白身魚のマヨネーズチーズ焼き					Bセット 豚肉ときのこのポン酢炒め					Bセット 鶏肉と大根のうま煮																			
	A・B共通メニュー キャベツとオクラの塩昆布和え					A・B共通メニュー ラタトゥイユ					A・B共通メニュー レンコンサラダ					A・B共通メニュー 白菜と人参のピリ辛和え																			
	玉葱と油揚げの味噌汁					コーンと玉葱のスープ					豆腐とわかめの味噌汁					春雨スープ																			
	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S	E	P	F	C	S															
	915	40.6	26.0	132.7	5.3	976	20.6	32.9	154.9	5.0	954	32.5	28.8	145.1	3.0	920	36.8	24.8	141.1	4.6															
	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g															
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
●					● ● ●					● ● ●					● ● ●																				
Bセット					Bセット					Bセット					Bセット																				
705	24.2	13.2	127.3	3.7	826	26.4	26.9	124.1	3.2	722	21.2	16.3	128.1	2.5	847	28.4	18.5	141.7	4.7																
kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g	kcal	g	g	g	g																
アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ		アレルゲン	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	くるみ							
●					● ● ●					● ● ●					● ● ●																				

*栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

*いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

*栄養価・アレルギー表示には、朝食の自由選択食材（ふりかけ・納豆・サラダバー）は含まれておりません。提供場所の個別表示をご確認ください。ご不明な点は、従業員までお尋ねください。

*アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くるみ」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

夕食

*アレルギー表示は、「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くるみ」について表記しています。メニューにアレルギー食材が含まれていないと書かれている場合も、厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。