

日曜日							2月1日 (日)
※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。							
朝食							Aセット ご飯（ふりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー 目玉焼き ワインナーと野菜のソテー ¹ サラダ 牛乳・納豆・味噌汁
							E P F C S 747 22.3 20.9 121.1 1.9 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
							Bセット 527 18.6 25.8 55.3 2.5 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
昼食							Aセット 唐揚げ丼 Bセット 豚肉とインゲンの炒め A・B共通メニュー 三色寒天ゼリー 大根とわかめの味噌汁
							E P F C S 1,094 29.0 59.9 109.2 3.3 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
							Bセット 761 20.7 17.9 133.9 3.8 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
夕食							Aセット メンチカツ 洋食屋風 Bセット 牛すじと大根の煮込み A・B共通メニュー プロッコリーとコーンの辛子マヨネーズ キャベツと玉葱のスープ
							E P F C S 1,116 22.0 41.0 169.3 5.1 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
							Bセット 693 25.0 9.2 133.8 4.0 kcal g g g g アレルゲン 小麦 猫 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・アレルゲン表示には、朝食の自由選択食（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。

Weekly Menu



日 曜日	2月2日 (月)	2月3日 (火)	2月4日 (水)	2月5日 (木)	2月6日 (金)	2月7日 (土)	2月8日 (日)																																																																												
※朝食のアレルゲン表示には、「納豆」「ぶりかけ」「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。																																																																																			
朝 食	<p>Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー 温泉玉子 ハムと野菜のカレー炒め サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p>	<p>Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー メンチカツ ひじきと枝豆の煮物 サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p>	<p>Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー プレーンオムレツ 青梗菜とえのきのお浸し サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p>	<p>Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー そぼろ肉じゃが ほうれん草とコーンのソテー^{1/29} サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p>																																																																															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>693 kcal</td><td>21.5 g</td><td>15.4 g</td><td>120.0 g</td><td>2.2 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	693 kcal	21.5 g	15.4 g	120.0 g	2.2 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>767 kcal</td><td>19.6 g</td><td>20.3 g</td><td>131.7 g</td><td>2.8 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	767 kcal	19.6 g	20.3 g	131.7 g	2.8 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>635 kcal</td><td>16.4 g</td><td>9.5 g</td><td>125.5 g</td><td>2.7 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	635 kcal	16.4 g	9.5 g	125.5 g	2.7 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>662 kcal</td><td>17.4 g</td><td>11.4 g</td><td>127.2 g</td><td>2.5 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	662 kcal	17.4 g	11.4 g	127.2 g	2.5 g	アレルゲン ● ● ●																																			
E	P	F	C	S																																																																															
693 kcal	21.5 g	15.4 g	120.0 g	2.2 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
767 kcal	19.6 g	20.3 g	131.7 g	2.8 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
635 kcal	16.4 g	9.5 g	125.5 g	2.7 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
662 kcal	17.4 g	11.4 g	127.2 g	2.5 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>473 kcal</td><td>17.8 g</td><td>20.3 g</td><td>54.2 g</td><td>2.8 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	473 kcal	17.8 g	20.3 g	54.2 g	2.8 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>547 kcal</td><td>15.9 g</td><td>25.2 g</td><td>65.9 g</td><td>3.4 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	547 kcal	15.9 g	25.2 g	65.9 g	3.4 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>415 kcal</td><td>12.7 g</td><td>14.4 g</td><td>59.7 g</td><td>3.3 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	415 kcal	12.7 g	14.4 g	59.7 g	3.3 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>442 kcal</td><td>13.7 g</td><td>16.3 g</td><td>61.4 g</td><td>3.1 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	442 kcal	13.7 g	16.3 g	61.4 g	3.1 g	アレルゲン ● ● ●																																			
E	P	F	C	S																																																																															
473 kcal	17.8 g	20.3 g	54.2 g	2.8 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
547 kcal	15.9 g	25.2 g	65.9 g	3.4 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
415 kcal	12.7 g	14.4 g	59.7 g	3.3 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
442 kcal	13.7 g	16.3 g	61.4 g	3.1 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
昼 食	<p>味噌タンメン Bセット ポテトコロッケ&チキンカツ A・B共通メニュー たいやき ピリ辛スープ</p>	<p>豚丼 Bセット 鶏の黒胡椒炒め A・B共通メニュー 蒟蒻ピーチゼリー 大根と油揚げの味噌汁</p>	<p>イカ天ぶらうどん Bセット ブルコギポーク A・B共通メニュー フルーチェ ぶどう 豆腐とわかめの味噌汁</p>	<p>クリームミートソーススパゲティ Bセット 揚げ餃子と焼壳 A・B共通メニュー グレーフルーツゼリー キャベツと玉葱のスープ</p>																																																																															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>883 kcal</td><td>27.8 g</td><td>13.0 g</td><td>163.3 g</td><td>10.7 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	883 kcal	27.8 g	13.0 g	163.3 g	10.7 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>670 kcal</td><td>20.3 g</td><td>13.5 g</td><td>121.3 g</td><td>4.7 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	670 kcal	20.3 g	13.5 g	121.3 g	4.7 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>855 kcal</td><td>23.5 g</td><td>13.6 g</td><td>156.7 g</td><td>6.8 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	855 kcal	23.5 g	13.6 g	156.7 g	6.8 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>967 kcal</td><td>21.4 g</td><td>24.1 g</td><td>170.4 g</td><td>5.4 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	967 kcal	21.4 g	24.1 g	170.4 g	5.4 g	アレルゲン ● ● ●																																			
E	P	F	C	S																																																																															
883 kcal	27.8 g	13.0 g	163.3 g	10.7 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
670 kcal	20.3 g	13.5 g	121.3 g	4.7 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
855 kcal	23.5 g	13.6 g	156.7 g	6.8 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
967 kcal	21.4 g	24.1 g	170.4 g	5.4 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1,129 kcal</td><td>20.2 g</td><td>40.7 g</td><td>173.9 g</td><td>3.5 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	1,129 kcal	20.2 g	40.7 g	173.9 g	3.5 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>810 kcal</td><td>26.4 g</td><td>15.0 g</td><td>146.8 g</td><td>4.1 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	810 kcal	26.4 g	15.0 g	146.8 g	4.1 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>772 kcal</td><td>23.4 g</td><td>14.2 g</td><td>141.2 g</td><td>3.4 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	772 kcal	23.4 g	14.2 g	141.2 g	3.4 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>963 kcal</td><td>21.0 g</td><td>24.5 g</td><td>167.7 g</td><td>4.9 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	963 kcal	21.0 g	24.5 g	167.7 g	4.9 g	アレルゲン ● ● ●																																			
E	P	F	C	S																																																																															
1,129 kcal	20.2 g	40.7 g	173.9 g	3.5 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
810 kcal	26.4 g	15.0 g	146.8 g	4.1 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
772 kcal	23.4 g	14.2 g	141.2 g	3.4 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
963 kcal	21.0 g	24.5 g	167.7 g	4.9 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
夕 食	<p>油淋鶏 Bセット 豚と野菜のオイスターソース炒め A・B共通メニュー 塩コーンボテト にらと卵のスープ</p>	<p>【イベント】イワシ青のりフライ 大豆トマトソース Bセット ハンバーグ ジンジャーソース A・B共通メニュー もやしときくらげの中華和え じゃが芋とわかめの味噌汁</p>	<p>味噌とんかつ Bセット 鶏すき煮 A・B共通メニュー プロッコリーのカレーマヨ和え 玉葱と油揚げの味噌汁</p>																																																																																
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>940 kcal</td><td>34.1 g</td><td>30.5 g</td><td>135.5 g</td><td>4.4 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	940 kcal	34.1 g	30.5 g	135.5 g	4.4 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>916 kcal</td><td>29.1 g</td><td>26.2 g</td><td>146.4 g</td><td>3.8 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	916 kcal	29.1 g	26.2 g	146.4 g	3.8 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>895 kcal</td><td>21.9 g</td><td>23.7 g</td><td>152.7 g</td><td>4.5 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	895 kcal	21.9 g	23.7 g	152.7 g	4.5 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>772 kcal</td><td>23.3 g</td><td>13.9 g</td><td>155.7 g</td><td>4.9 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	772 kcal	23.3 g	13.9 g	155.7 g	4.9 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>918 kcal</td><td>37.3 g</td><td>25.0 g</td><td>139.7 g</td><td>4.5 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	918 kcal	37.3 g	25.0 g	139.7 g	4.5 g	アレルゲン ● ● ●																							
E	P	F	C	S																																																																															
940 kcal	34.1 g	30.5 g	135.5 g	4.4 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
916 kcal	29.1 g	26.2 g	146.4 g	3.8 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
895 kcal	21.9 g	23.7 g	152.7 g	4.5 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
772 kcal	23.3 g	13.9 g	155.7 g	4.9 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
918 kcal	37.3 g	25.0 g	139.7 g	4.5 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>772 kcal</td><td>19.3 g</td><td>19.3 g</td><td>136.1 g</td><td>2.9 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	772 kcal	19.3 g	19.3 g	136.1 g	2.9 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>823 kcal</td><td>23.3 g</td><td>13.9 g</td><td>155.7 g</td><td>4.9 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	823 kcal	23.3 g	13.9 g	155.7 g	4.9 g	アレルゲン ● ● ●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>E</th><th>P</th><th>F</th><th>C</th><th>S</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>918 kcal</td><td>37.3 g</td><td>25.0 g</td><td>139.7 g</td><td>4.5 g</td></tr> <tr> <td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td><td>アレルゲン ● ● ●</td></tr> </tbody> </table>	E	P	F	C	S	918 kcal	37.3 g	25.0 g	139.7 g	4.5 g	アレルゲン ● ● ●																																															
E	P	F	C	S																																																																															
772 kcal	19.3 g	19.3 g	136.1 g	2.9 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
823 kcal	23.3 g	13.9 g	155.7 g	4.9 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															
E	P	F	C	S																																																																															
918 kcal	37.3 g	25.0 g	139.7 g	4.5 g																																																																															
アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●	アレルゲン ● ● ●																																																																															

*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・アレルゲン表示には、朝食の自由選択食材（ぶりかけ・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。

Weekly Menu



日曜日	2月9日 (月)	2月10日 (火)	2月11日 (水)	2月12日 (木)	2月13日 (金)	2月14日 (土)	2月15日 (日)
※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。							
朝食					<p>Aセット ご飯(ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 照焼き肉団子 人参のナムル サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>718 19.0 14.5 131.3 2.8 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>Aセット ご飯(ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー 豚の味噌コーンバター ひじきと白滝の煮付け サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>724 20.3 16.6 129.1 3.1 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●</p>	<p>Aセット ご飯(ふりかけ) Bセット パン(ジャム・マーガリン) AB共通メニュー チーズチキンフライ 厚揚げとキャベツの味噌炒め サラダ 牛乳・納豆・味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>780 20.6 22.0 129.1 2.5 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
					<p>Aセット 718 19.0 14.5 131.3 2.8 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>Aセット 724 20.3 16.6 129.1 3.1 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●</p>	<p>Aセット 780 20.6 22.0 129.1 2.5 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
昼食					<p>A・B共通メニュー 【バレンタイン】チョコババロア風 玉葱と油揚げの味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>498 15.3 19.4 65.5 3.4 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 卵と野菜のビーフン炒め A・B共通メニュー ヨーグルトとグラノーラ キャベツと大根の味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>504 16.6 21.5 63.3 3.7 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 牛肉の五目炊き合わせ A・B共通メニュー フルーチェ ミックスオレンジ わかめスープ</p> <p>E P F C S</p> <p>560 16.9 26.9 63.3 3.1 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
					<p>A・B共通メニュー 718 17.3 21.1 119.8 4.2 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 655 20.4 13.5 113.8 3.7 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 632 18.0 16.4 105.2 6.0 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
夕食					<p>A・B共通メニュー ハンバーグ きのこクリームソース 鶏むね肉の漬け焼き A・B共通メニュー 小松菜のなめ茸おろし 野菜スープ</p> <p>E P F C S</p> <p>879 23.0 18.9 158.7 3.3 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー チキンのツナマヨ焼き 豚肉豆腐 A・B共通メニュー おくらとワカメの酢の物 もやしとインゲンの味噌汁</p> <p>E P F C S</p> <p>995 26.8 34.3 146.7 4.5 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 月見メンチカツ Bセット フランクフルトと根菜のポトフ A・B共通メニュー きゅうりの和風ピクルス コーンと玉葱のスープ</p> <p>E P F C S</p> <p>742 18.5 16.4 135.5 3.3 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
					<p>A・B共通メニュー 785 22.7 16.2 142.6 3.1 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 1,031 32.1 40.7 138.5 3.3 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 976 23.3 31.1 152.9 4.4 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
					<p>A・B共通メニュー 742 31.0 8.4 134.3 3.9 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 852 27.3 25.7 133.4 4.7 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 813 22.4 19.8 142.5 6.0 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>
					<p>A・B共通メニュー 858 33.6 25.8 127.3 4.4 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 797 24.0 18.2 139.7 4.0 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>	<p>A・B共通メニュー 797 24.0 18.2 139.7 4.0 kcal g g g g g</p> <p>アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●</p>

*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

ポテト付き

*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・アレルゲン表示には、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。

Weekly Menu



日 曜日	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)	2月21日 (土)	2月22日 (日)
※朝食のアレルゲン表示には、「納豆」「ぶりかけ」「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。							
朝 食	Aセット ご飯（ぶりかけ） 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 ソーセージとキャベツのフレンチサラダ サラダ 牛乳・納豆・味噌汁	Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー 豚野菜炒め さつま芋サラダ サラダ 牛乳・納豆・味噌汁	Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー ベーコンフライ さつま揚げと人参のきんぴら サラダ 牛乳・納豆・味噌汁	Aセット ご飯（ぶりかけ） Bセット パン（ジャム・マーガリン） AB共通メニュー ブレーンオムレツ 小松菜とコーンの煮浸し サラダ 牛乳・納豆・味噌汁			
	E P F C S 729 20.5 17.5 127.3 3.1 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	E P F C S 705 18.9 15.2 128.8 3.3 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	E P F C S 794 18.8 24.9 128.1 2.4 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	E P F C S 631 16.7 10.1 123.2 2.5 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			
	Aセット 509 16.8 22.4 61.5 3.7 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	Bセット 485 15.2 20.1 63.0 3.9 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	Bセット 574 15.1 29.8 62.3 3.0 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	Bセット 411 13.0 15.0 57.4 3.1 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			
昼 食	Aセット もやしあんかけとんこつラーメン Bセット 鶏肉のマヨ味噌焼き A・B共通メニュー ヨーグルト イチゴソース にらと卵のスープ	Aセット 蒸し鶏のトマトソースパスタ Bセット 豚と筍の玉子炒め A・B共通メニュー 青りんごゼリー コンソメジュリアン	Aセット 鶏南蛮うどん Bセット 肉団子のテミトマ煮 A・B共通メニュー 青玉子 キャベツと玉葱の味噌汁	Aセット カレーライス Bセット ポークチャップ A・B共通メニュー ゼリー他 わかめと油揚げの味噌汁			
	E P F C S 839 26.7 16.3 144.6 10.4 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	E P F C S 551 19.3 6.8 105.5 4.0 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	E P F C S 778 25.0 13.4 137.7 5.7 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	E P F C S 926 19.4 18.1 179.0 4.1 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			
	Bセット 850 28.0 28.2 125.2 2.0 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	Bセット 1,001 23.9 40.7 136.8 3.3 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	Bセット 843 20.5 19.1 151.1 4.2 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	Bセット 811 25.9 16.6 142.9 3.2 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			
夕 食	Aセット 【宇部】チキンチキンごぼう Bセット 厚揚げと挽肉の中華炒め A・B共通メニュー 大根とツナのおかか和え 豆腐とわかめの味噌汁	A・B共通 イベント 卒業お祝いプレート	Aセット チキンソテー ガーリック醤油風味 Bセット 牛肉のオイスターソース炒め A・B共通メニュー 青梗菜とやしの中華和え 大根と油揚げの味噌汁				
	E P F C S 1,196 35.3 50.4 152.7 4.3 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	E P F C S 934 25.5 28.4 147.5 2.2 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	E P F C S 885 35.2 27.5 127.6 3.6 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	E P F C S 831 19.5 26.0 134.3 4.2 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			
	Bセット 954 37.7 31.7 133.3 5.5 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		Bセット				

*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・アレルゲン表示には、朝食の自由選択食材（ぶりかけ・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。