

# 今週のメニュー



豚肉を使用したメニューです。



アルコールを使用したメニューです。(夜食は除く)

カテゴリー	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	3月1日(木)	3月2日(金)
定食 (主菜+選べる小鉢)	鶏肉とピーマンの中華炒め 931Kcal 塩分4.6g おかずのみ510Kcal 塩分3.1g	カレイの煮付け 585Kcal 塩分4.8g おかずのみ164Kcal 塩分3.3g	豚肉と厚揚げのみそ炒め 752Kcal 塩分4.3g おかずのみ331Kcal 塩分2.8g	サバの山椒焼き 752Kcal 塩分4.3g おかずのみ331Kcal 塩分2.8g	イカと根菜と豆腐のチリソース 604Kcal 塩分3.6g おかずのみ291Kcal 塩分2.1g
	ランチ (主菜+選べる小鉢)	どてかい アジフライ 1103Kcal 塩分3.6g おかずのみ682Kcal 塩分2.1g	豚肉サクサク焼き 豆乳味噌ソース 808Kcal 塩分3.1g おかずのみ387Kcal 塩分1.6g	ハンバーグ 照り焼きソース 734Kcal 塩分4.4g おかずのみ313Kcal 塩分2.9g	チキンフリッター 粒マスタードソース 994Kcal 塩分3.4g おかずのみ573Kcal 塩分1.9g
選べる小鉢 (一品お選びください)	菜の花の辛子和え 23Kcal 塩分0.5g	ササミと大葉の胡麻サラダ 69Kcal 塩分0.7g	コロッケ 148Kcal 塩分0.6g	小松菜とモヤシのサラダ 35Kcal 塩分0.8g	アサリと切干の煮付け 50Kcal 塩分1.2g
	豆腐のカニあんかけ 76Kcal 塩分1.4g	ひじきの煮つけ 18Kcal 塩分0.9g	五目野菜のゴママヨ和え 152Kcal 塩分0.6g	イカ団子の煮物 74Kcal 塩分1.9g	春雨の中華和え 65Kcal 塩分0.9g
	ゴボウサラダ 75Kcal 塩分0.5g	きのこマリネサラダ 26Kcal 塩分0.3g	カニ風味サラダ 25Kcal 塩分0.3g	スパゲティサラダ 59Kcal 塩分0.3g	海藻サラダ 17Kcal 塩分0.4g
	日替わりデザート				
ライスバラエティ & パスタ	カレーライス 638Kcal 塩分2.9g	チョリソーピラフ 588Kcal 塩分4.0g	サンマの蒲焼丼 698Kcal 塩分2.8g	ボンゴレビアンコ 508Kcal 塩分3.3g	ひなちらし 509Kcal 塩分2.1g
和類	肉詰めいなりうどん 505Kcal 塩分8.6g		カレー南蛮うどん 557Kcal 塩分7.5g		竹輪天うどん 489Kcal 塩分7.1g
	肉詰めいなりそば 542Kcal 塩分8.3g		カレー南蛮そば 592Kcal 塩分7.1g		竹輪天そば 489Kcal 塩分7.1g
中華類		野菜を食べてよう  春野菜の塩ラーメン 527Kcal 塩分8.8g		みそバターラーメン 638Kcal 塩分6.7g	
麺セット	日替わり麺+1品 (ご飯・選べる小鉢の中からお選びください。)				

- ※ 仕入れ食材の都合により、メニューが変更になる場合がございます。
- ※ 定食の栄養価表示には、ご飯と味噌汁の栄養価も含まれています。