

# Weekly Menu

11号館	4月15日(月)		4月16日(火)		4月17日(水)		4月18日(木)		4月19日(金)	
定食A	若鶏のたれ焼き	¥500 859 kcal	煮込みハンバーグ デミソース	¥500 738 kcal	チキン南蛮	¥500 1057 kcal	海老カツ& クリーミコロッセ(帆立)	¥500 974 kcal	若鶏唐揚 香味ソース <油淋鶏>	¥500 907 kcal
	蛋白 42.4g 脂質 30.3g 塩分 4.7g		蛋白 23.9g 脂質 14.9g 塩分 2.5g		蛋白 38.3g 脂質 42.6g 塩分 5.9g		蛋白 24.7g 脂質 30.2g 塩分 4.4g		蛋白 32.3g 脂質 36.1g 塩分 3.5g	
定食B	豚肉の四川風炒め <魚香肉片>	¥470 904 kcal	二色麻婆丼	¥470 691 kcal	ジャンボメンチカツ	¥470 900 kcal	豚肉・木耳・玉子炒め <木須肉>	¥470 825 kcal	豚肉の 十勝風たれ焼	¥470 747 kcal
	蛋白 26.7g 脂質 41.6g 塩分 4.2g		蛋白 19.2g 脂質 15.8g 塩分 4.8g		蛋白 20.0g 脂質 31.6g 塩分 5.0g		蛋白 32.1g 脂質 32.2g 塩分 4.2g		蛋白 25.4g 脂質 25.3g 塩分 3.0g	
CURRY	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	オムライス ドライカレーソース	¥470 956 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	ビーフストロガノフ ターメリックライス	¥470 839 kcal
	蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 28.8g 脂質 36.9g 塩分 3.5g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 21.2g 脂質 26.0g 塩分 5.3g	
ミニ弁当	ミニ鶏そぼろ弁当	¥290 395 kcal	鶏唐揚弁当 ヤンニョム	¥290 716 kcal	ミニ 豚キムチ弁当	¥290 580 kcal	ミニタンドリーチキン 弁当	¥290 578 kcal	ミニハンバーグ& コロッセ弁当	¥290 568 kcal
	蛋白 13.5g 脂質 6.5g 塩分 0.9g		蛋白 27.1g 脂質 28.7g 塩分 1.5g		蛋白 19.1g 脂質 17.0g 塩分 3.9g		蛋白 20.6g 脂質 20.1g 塩分 0.6g		蛋白 15.1g 脂質 10.4g 塩分 1.6g	
中華彩菜 麺	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	魚介だしつけ麺	¥390 718 kcal
	蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 26.7g 脂質 21.9g 塩分 6.9g	
特麺類										
小鉢										

ライス ¥100 味噌汁 ¥50  
定食大盛 ¥30 どんぶり・カレー 大盛 ¥100 唐揚げ2個各 ¥120

10号館	4月15日(月)		4月16日(火)		4月17日(水)		4月18日(木)		4月19日(金)	
ミニ弁当	ミニ鶏そぼろ弁当	¥290 395 kcal	鶏唐揚弁当 ヤンニョム	¥290 716 kcal	ミニ 豚キムチ弁当	¥290 580 kcal	ミニタンドリーチキン 弁当	¥290 578 kcal	ミニハンバーグ& コロッセ弁当	¥290 568 kcal
	蛋白 13.5g 脂質 6.5g 塩分 0.9g		蛋白 27.1g 脂質 28.7g 塩分 1.5g		蛋白 19.1g 脂質 17.0g 塩分 3.9g		蛋白 20.6g 脂質 20.1g 塩分 0.6g		蛋白 15.1g 脂質 10.4g 塩分 1.6g	
CURRY	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal	スエヒロカレー	¥350 646 kcal
	蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g	
中華彩菜 麺	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal	醤油・味噌・塩 ラーメン	¥330 463 kcal
	蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g	
小鉢	おにぎり	¥120 213 kcal	おにぎり	¥120 213 kcal	おにぎり	¥120 213 kcal	おにぎり	¥120 213 kcal	おにぎり	¥120 213 kcal
	蛋白 4.3g 脂質 1.0g 塩分 0.4g		蛋白 4.3g 脂質 1.0g 塩分 0.4g		蛋白 4.3g 脂質 1.0g 塩分 0.4g		蛋白 4.3g 脂質 1.0g 塩分 0.4g		蛋白 4.3g 脂質 1.0g 塩分 0.4g	