

今週の予定献立表

4月1日 ~ 4月5日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
					4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
朝食	定食	400円			ベーコン スクランブル エッグ 285kcal 塩分2.2g	ロールキャベツ 332kcal 塩分2.5g	鶏の味噌焼き 300kcal 塩分2.0g	がんと煮付け ゆで玉子 288kcal 塩分2.4g	休日
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円			豚の生姜焼き 396kcal 塩分2.4g	鮭ときのこの ホイル焼き 358kcal 塩分2.3g	豚肉しゃぶ ゴマダレ 335kcal 塩分2.3g	休日	鯖の味噌焼 322kcal 塩分2.6g
			B定食	700円			きのこ ハンバーグ 434kcal 塩分2.4g		棒棒鶏 365kcal 塩分1.9g
	小鉢	80円			A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択				

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



今週の予定献立表

4月6日 ~ 4月12日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土	
			4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	
朝食	定食	400円	ハムエッグ <small>ご飯</small> 285kcal 塩分2.1g	筑前煮 288kcal 塩分2.4g	ベーコン野菜炒め 285kcal 塩分2.1g	鯖の塩焼き 285kcal 塩分2.1g	ゆで卵 ウインナー 301kcal 塩分2.0g	肉豆腐 325kcal 塩分2.3g	休日	
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ							
夕食	A定食	800円	鶏の トマトソース 399kcal 塩分2.4g	NEW 豚ニラ炒め 338kcal 塩分2.4g	麻婆豆腐 341kcal 塩分3.1g	牛肉と焼豆腐煮 426kcal 塩分2.3g	鯖の 明太マヨ焼き 416kcal 塩分2.4g	休日	チーズ ハンバーグ 435kcal 塩分2.6g	
			B定食	700円	シーフード カレー 616kcal 塩分2.6g	ビビンバ 682kcal 塩分2.6g	豚玉丼 (温玉) 648kcal 塩分2.6g		ロコモコ丼 408kcal 塩分2.2g	焼肉丼 648kcal 塩分2.6g
	小鉢	80円			A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択					

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



今週の予定献立表

4月13日 ~ 4月19日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日
朝食	定食	400円	鶏の照焼き <small>ご飯</small>	鮭の塩焼き	キャベツと玉子ソーセージ	厚揚げと板わさ	鯖の味噌煮	ロールキャベツ	休日
			300kcal 塩分2.0g	276kcal 塩分2.1g	322kcal 塩分2.6g	288kcal 塩分2.4g	322kcal 塩分2.6g	332kcal 塩分2.5g	
ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ									
夕食	A定食	800円	豚肉の八丁味噌焼き	牛すき焼き風	白身魚のチリソース	鶏とキャベツ和風ペパロン	NEW 豚しゃぶサラダ風	休日	チキンの香草焼き
			421kcal 塩分2.7g	426kcal 塩分2.3g	398kcal 塩分2.9g	358kcal 塩分2.8g	335kcal 塩分2.3g		385kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	チキンカレー	きのこハンバーグ	牛丼	スタ丼	棒棒鶏		トマトハンバーグ
			708kcal 塩分2.8g	434kcal 塩分2.4g	648kcal 塩分2.4g	682kcal 塩分2.6g	365kcal 塩分1.9g		434kcal 塩分2.4g
小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択							

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



今週の予定献立表

4月20日 ~ 4月26日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日
朝食	定食	400円	ご飯 ハムエッグ	鶏の味噌焼き	オムレツ ウインナー	筑前煮	鱈の西京焼き	さつま揚げ 大根の煮付け	休日
			285kcal 塩分2.1g	300kcal 塩分2.0g	301kcal 塩分2.0g	288kcal 塩分2.4g	276kcal 塩分2.1g	288kcal 塩分2.4g	
ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ									
夕食	A定食	800円	鮭のソテー タルタルソース	豚肉と レモン酢豚 NEW	チキンソテー インド風	ジャージャー 厚揚げ	ドイツ風 チキンの煮込み	休日	豚の生姜焼き
			416kcal 塩分2.4g	445kcal 塩分3.4g	399kcal 塩分2.4g	365kcal 塩分2.8g	420kcal 塩分2.3g		396kcal 塩分2.4g
	B定食	700円	ポークカレー	鶏照焼きマヨ丼	ねぎ塩豚丼	和風ハンバーグ	ドライカレー		親子丼
			698kcal 塩分2.7g	702kcal 塩分2.6g	698kcal 塩分2.4g	434kcal 塩分2.4g	695kcal 塩分3.0g		642kcal 塩分2.1g
小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択							

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。

※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g



今週の予定献立表

4月27日 ~ 5月3日

区分	品目	価格	日	月	火	水	木	金	土
			4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日
朝食	定食	400円	ベーコン スクランブル エッグ <small>パン</small>	鯖の塩焼き	<p style="text-align: center;">ゴールデンウィーク</p> <p style="text-align: center;">4/29(火) ~ 5/6(月)朝食まで お休みさせていただきます</p> <p style="text-align: center;">ご不便をおかけいたしますが 何卒宜しくお願い申し上げます。</p>				
			285kcal 塩分2.2g	285kcal 塩分2.1g					
			ご飯・みそ汁・漬物・納豆・味海苔・ふりかけ						
夕食	A定食	800円	牛焼肉 たけのこ御飯	鶏肉とパプリカ オイスターソース					
			745kcal 塩分2.7g	358kcal 塩分2.8g					
	B定食	700円	肉焼売	ガパオライス					
			408kcal 塩分2.2g	695kcal 塩分3.0g					
	小鉢	80円	A定食、B定食は小鉢1品付 ※小鉢は2種から1種を選択						

※定食の栄養価表示は主菜のみの栄養価となっております。丼物にはご飯の栄養価が含まれております。
※品切れの際には代替品にて対応させていただく場合がございます。

【定食のご飯・みそ汁はご自由にお取りください】

目安	エネルギー	蛋白質	脂肪	塩分
ご飯1杯 200g	336kcal	5.0g	0.6g	0.0g
みそ汁1杯	28kcal	1.8g	0.7g	1.5g

当食堂の白米は、
国産米を使用
しております。



répast
株式会社レパスト