



# Weekly Breakfast Menu



※材料の都合により、献立が変更になる場合がございます。  
※記載の栄養価は、ご飯・汁物を含んだ値になっています。

	1月14日 月	1月15日 火	1月16日 水	1月17日 木	1月18日 金	1月19日 土	1月20日 日
和朝食 350円	フリ漬焼	肉うどん	そばろ丼	ちまき	大がんも煮付	豚汁	鮭青菜ごはん
	厚焼玉子	海老串団子	切昆布煮付	中華スープ	白身魚唐揚	いんげんピーナツ和え	春雨サラダ
	つけもの	つけもの	つけもの	つけもの	つけもの	つけもの	つけもの
	みそ汁		みそ汁		みそ汁	ごはん	みそ汁
	ごはん				ごはん		
エネルギー 413kcal	エネルギー 425kcal	エネルギー 433kcal	エネルギー 421kcal	エネルギー 369kcal	エネルギー 406kcal	エネルギー 429kcal	
たんぱく質 15.8kcal	たんぱく質 15.9g	たんぱく質 15.6g	たんぱく質 13.4g	たんぱく質 16.7g	たんぱく質 13.9g	たんぱく質 13.4g	
脂質 11.6kcal	脂質 14.6g	脂質 14.1g	脂質 9.5g	脂質 7.3g	脂質 10.8g	脂質 17.0g	
塩分 2.8kcal	塩分 3.7g	塩分 3.5g	塩分 3.4g	塩分 3.3g	塩分 3.4g	塩分 3.4g	
洋朝食 350円	ハムエッグ	ミニチキングリル	ベーコン野菜カレー スープ	シーフードピラフ	フレンチトースト	肉まん	海老クリームコロッケ
	ナポリタン	カリフラワー	ミニオムレツ	ウインナー	バナナ	野菜スープ	ヨーグルト
	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	スープ	スープ	パン	スープ	スープ		スープ
	パン	パン					パン
エネルギー 416kcal	エネルギー 427kcal	エネルギー 436kcal	エネルギー 438kcal	エネルギー 415kcal	エネルギー 416kcal	エネルギー 426kcal	
たんぱく質 16.5g	たんぱく質 15.2g	たんぱく質 14.5g	たんぱく質 16.5g	たんぱく質 14.3g	たんぱく質 16.7g	たんぱく質 13.3g	
脂質 14.2g	脂質 14.2g	脂質 13.1g	脂質 15.9g	脂質 12.8g	脂質 15.4g	脂質 15.2g	
塩分 2.9g	塩分 3.1g	塩分 3.3g	塩分 3.5g	塩分 1.6g	塩分 3.4g	塩分 3.2g	

アレルギー（7品目）の表示

