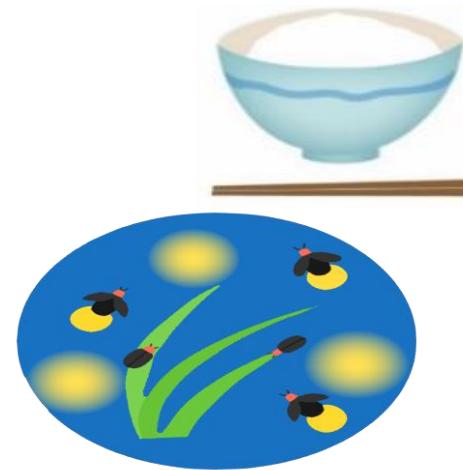


レストラン 審メニュー表



※ご飯は100gで約168キロカロリー、ご飯茶碗1杯で約336キロカロリーです。

※カロリーはメイン料理と小鉢等の参考値です。※材料の仕入れ状況によりメニューに変更がある場合があります。

※朝・夕の食事提供は審生のみです。

1	土	2	日
手作りサンド	704kcal	コロッケ・ハッシュドポテト	900kcal
とんかつ	1061kcal	ハンバーグ	855kcal
サバの照り焼き	763kcal	ミートソースパゲティ	931kcal

	3	月	4	火	5	水	6	木	7	金	8	土	9	日	
朝食	肉野菜スープ	672kcal	目玉焼き・ベーコン	719kcal	コロッケ・ハッシュドポテト	900kcal	具だくさんスープ	658kcal	ワインナーと卵のオイスター炒め	732kcal	手作りサンド	704kcal	キノコもやし豚肉の卵炒め	782kcal	
昼食	豚バラの野菜炒め	875kcal	鶏肉とピーマンのビリ辛炒め	1001kcal	おろしトンカツ	961kcal	酢豚	1126kcal	油淋鶏	1087kcal	豚バラとピーマンのゴマ味噌炒め	1005kcal	鶏肉のチーズ焼き	848kcal	
夕食	チキン南蛮	949kcal	ポークソテー	897kcal	鶏肉とチンゲン菜のニンニク炒め	890kcal	ポークチャップ	949kcal	山賊焼き	936kcal	揚げ魚の甘酢あんかけ	862kcal	ジャージャー麺	993kcal	
	10	月	11	火	12	水	13	木	14	金	15	土	16	日	
朝食	鮭の玉ねぎピーマン入りホイル焼き	812kcal	ホウレンソウ・ベーコンのスクランブル	753kcal	焼き鮭	804kcal	目玉焼き・ワインナー	719kcal	西京焼き	727kcal	手作りサンド	704kcal	目玉焼き・ハムカツ	568kcal	
昼食	トンテキ	997kcal	アジフライ定食	945kcal	カレーライス	923kcal	ポークシンジャー	897kcal	チキンカツ定食	1052kcal	鶏肉のチリソース炒め	981kcal	二色丼	868kcal	
夕食	すき焼	868kcal	ハヤシライス	994kcal	豚バラ・ナスのオイスターソース炒め	1016kcal	サバの味噌煮	1145kcal	チキンステーキ	949kcal	牛丼	1049kcal	味噌バターラーメン大盛	974kcal	
	17	月	18	火	19	ご当地献立	水	20	木	21	金	22	土	23	日
朝食	アジの干物	712kcal	チーズスクランブルエッグ	723kcal	具だくさんスープ(カレー風味)	658kcal	焼き鮭	804kcal	ホウレンソウ・ベーコンのスクランブル	753kcal	手作りサンド	704kcal	野菜炒め	775kcal	
昼食	豚肉の生姜焼き	917kcal	チキンステーキ	949kcal	~大阪~串カツ盛り合わせ	1045kcal	トンテキ	997kcal	鶏もも肉のネギ塩焼き	852kcal	山賊焼き	936kcal	オムライス	888kcal	
夕食	タンドリーチキン	925kcal	あんかけ焼きそば	826kcal	チキンのハニーマスタード焼き	1025kcal	麻婆豆腐	748kcal	魚の香味焼き	798kcal	青椒肉絲	852kcal	冷やしかき揚げうどん	795kcal	
	24	月	25	火	26	水	27	木	28	金	29	土	30	日	
朝食	タラの野菜のせあんかけ	767kcal	香り揚げ・ハムカツ	751kcal	クッパ	711kcal	豆腐ハンバーグ	803kcal	ミックスベジタブルスクランブル・ハム	723kcal	手作りサンド	704kcal	野菜炒め	775kcal	
昼食	焼肉定食	1090kcal	カツ煮定食	1052kcal	豚しゃぶ	687kcal	ミックスフライ	1045kcal	鶏の照り焼き	840kcal	ポークソテー	897kcal	回鍋肉	855kcal	
夕食	チキンソテーにんにくソース	1050kcal	唐揚げ定食	940kcal	白身魚のムニエル	874kcal	チーズカレーライス	1023kcal	チキンのハニーマスタード焼き	1025kcal	さばの照り焼き	753kcal	カルボナーラ	974kcal	