

WEEKLY MENU

	12月31日 月		1月1日 火		1月2日 水		1月3日 木		1月4日 金		1月5日 土		1月6日 日	
朝食														
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
昼食														
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
夕食													豚肉ピリカラ焼肉	
													マカロニサラダ	
													とろろ	
													味噌汁・デザート	
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
													797	1.8

100gあたり	ごはん		ジュース (3種類)		牛乳		パン					
エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g			
168		98		67	0.1	264~	1.3~					

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分
	1295	31.9	55.8	2.8	1.8																				

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。（選択食A）

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	1月7日 月		1月8日 火		1月9日 水		1月10日 木		1月11日 金		1月12日 土		1月13日 日																					
朝食	おまかせ		オムレツ		きんぴらごぼう		やきそば		厚焼玉子		おまかせ		おまかせ																					
			ミニポテト		まぐろフレーク		コロッケ		畑のお肉																									
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
178	2.6	291	2.0	276	3.1	380	2.0	309	3.0	199	2.4	348	2.7																					
昼食	年明けうどん		豚肉味噌漬け焼き		アジ竜田揚げ		親子丼		豚丼		炒飯		魚の天ぷら																					
	ひじき豆		温豆腐		オクラおろし		法れん草お浸し		いんげんごま和え		餃子		おまかせ煮物																					
	わかめごはん		味噌汁・デザート		味噌汁		味噌汁		味噌汁		中華スープ		味噌汁																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
609	9.1	448	3.9	342	2.8	505	4.9	570	3.5	383	4.3	773	3.8																					
夕食	ハンバーグデミソース		ポテトカレーグラタン		豚肉甘辛炒め		鮭ホイル焼き		鶏肉唐揚げ		ダッ・カルビ		オムレツ																					
	ポテトベーコン煮		白身フライ		赤魚西京漬焼き		串カツ		じゃが芋ツナ煮		おまかせフライ		おまかせフライ																					
	野菜サラダ		サラダ		大根煮		トマトサラダ		切干サラダ		さつまいも煮		ポテトサラダ																					
	味噌汁・デザート		コンソメスープ・デザート		味噌汁・デザート		味噌汁・デザート		味噌汁・デザート		味噌汁・デザート		味噌汁・デザート																					
エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
767	4.6	286	2.0	662	4.6	676	3.8	658	4.9	839	3.9	588	4.1																					
100gあたり	ごはん		ジュース(3種類)		牛乳		パン																											
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																										
168		98		67	0.1	264~	1.3~																											
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分				
	3048	75.2	61.6	10.1	16.3	2548	77.1	48.4	8.4	6.8	2774	99.9	49.4	11.0	10.5	3055	114.0	71.0	11.2	10.7	3031	102.6	82.3	11.6	11.4	2904	85.8	76.5	11.1	9.7	2982	81.9	78.6	11.5

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	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																					
朝食	おまかせ		おまかせ		肉団子		シーチキン		温泉玉子		おまかせ		おまかせ																					
					ミニポテト		ミニアメリカンドッグ		プチプチ大根																									
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
238	3.4	332	2.8	316	1.9	293	2.0	323	2.4	265	3.3	304	2.6																					
昼食	とんかつ		豚肉の塩昆布炒め		鶏肉の生姜焼き		鮭いくら散らし寿司		カレーミートスパゲティー		とんてき		エビ入りかき揚げ																					
	じゃが煮		ブロッコリーツナ和え		とうがんくず煮		山芋短冊揚げ		中華ポテト		マヨネーズ炒め		ひじき煮																					
	味噌汁		味噌汁		味噌汁		吸物		コンソメスープ		スープ		味噌汁																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
529	2.9	504	4.4	462	3.6	579	3.9	905	5.7	833	2.8	744	1.7																					
夕食	鶏肉ごま揚げ		すき焼き煮		ねぎとろ温玉丼		チゲ鍋		牛肉かき油炒め		さば味噌煮		ビーフシチュー																					
	魚塩焼き		アジ唐揚げ		蓮根土佐煮		春巻		魚塩焼き		鶏から揚げ		コロケ																					
	おまかせサラダ		マカロニサラダ		とん汁		小松菜浸し		レタスサラダ		土佐煮		サラダ																					
	味噌汁・デザート		味噌汁・デザート		デザート		デザート		味噌汁・デザート		吸物・デザート		デザート																					
エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
783	2.3	793	4.0	595	3.8	815	1.8	662	5.0	854	5.4	811	2.8																					
100gあたり	ごはん		ジュース(3種類)		牛乳		パン																											
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																										
168		98		67	0.1	264~	1.3~																											
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分				
	3044	97.2	77.6	10.5	8.6	3123	102.6	89.5	14.8	11.2	2867	89.4	68.7	10.5	9.3	2877	78.3	82.4	9.5	8.3	3384	111.6	85.4	14.4	13.1	3446	108.6	114.3	10.3	11.5	3650	94.2	78.0	13.9

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	1月21日 月		1月22日 火		1月23日 水		1月24日 木		1月25日 金		1月26日 土		1月27日 日																					
朝食	おまかせ		きんぴら		ウインナー		ポテトサラダ		鮭フレーク		おまかせ		おまかせ																					
			納豆		ゆでたまご		チキンナゲット		納豆																									
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
251	3.1	316	2.3	301	2.4	352	1.9	305	2.9	205	2.6	202	2.1																					
昼食	鶏肉竜田揚げ		きつねうどん		カツ丼		チキンチャップ		カレーピラフ		ホキ磯辺揚げ		豚肉生姜焼き																					
	胡瓜と若布酢の物		竹輪ごま揚げ		玉ねぎ天		大根ツナサラダ		スパサラダ		ふろふき大根		おまかせサラダ																					
	味噌汁		ヤクルト		吸物		コーンポタージュ		たまごスープ		吸物		味噌汁																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
489	3.1	532	6.9	620	3.6	693	5.2	488	2.0	487	2.8	524	2.5																					
夕食	カレーライス		さわら照焼き		チンジャオロース		ビーフシチュー		豚肉香味揚げ		回鍋肉		鮭クリーム煮																					
	ヒレカツ		プルコギ		サーモンサラダ		揚げパン		揚げだし豆腐		串カツ		牛肉とピーマン炒め																					
	大根サラダ		じゃこおろし		高野豆腐煮		コロッケ		和え物		もやし和え物		サラダ																					
	あんみつ		吸物・デザート		味噌汁・デザート		デザート		吸物・デザート		中華スープ・デザート		コンソメスープ・デザート																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
852	5.2	532	6.9	506	3.5	868	1.3	519	3.7	718	4.0	762	4.2																					
100gあたり	ごはん		ジュース(3種類)		牛乳		パン																											
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																										
168		98		67	0.1	264~	1.3~																											
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分				
	3086	96.3	73.8	9.5	11.4	2997	79.8	29.8	8.7	12.9	2921	96.9	70.4	11.1	9.5	3407	108.3	94.0	99.5	8.4	2806	88.6	68.3	8.8	8.6	2904	104.0	65.1	10.1	9.4	2982	101.0	81.8	9.6

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life



株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	1月28日 月		1月29日 火		1月30日 水		1月31日 木		2月1日 金		2月2日 土		2月3日 日																					
朝食	おまかせ		まぐろフレーク		肉団子		シーチキン		スクランブルエッグ		おまかせ		おまかせ																					
	ウインナー		ウインナー		きんぴらごぼう		温泉玉子		プチプチ大根																									
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
	191	3.6	293	3.2	271	2.5	428	2.4	231	2.4	198	2.3	459	2.3																				
昼食	麻婆豆腐		魚のフライ		ポークチャップ		チキンカツ		とんこつ醤油ラーメン		チキンライス		味噌カツ丼																					
	牛肉コロッケ		ブロッコリーツナ和え		青梗菜煮浸し		青糸昆布煮		ギョーザ		メンチカツ		法れん草おかか和え																					
	中華スープ		味噌汁		スープ		味噌汁		わかめごはん		スープ		味噌汁																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
546	5.1	427	2.7	453	4.1	475	4.6	605	6.7	580	4.3	499	7.1																					
夕食	すき焼き煮		卒業生を送る会 スペアリブ&エビフライ		ホキ甘酢あんかけ		ちよっと早めの 恵方巻		豚肉天ぷら		油淋鶏		豚肉生姜炒め																					
	さば塩焼き		マカロニグラタン		フランクフルト		肉うどん		ポテトベーコン煮		揚げだし豆腐		鮭ムニエル																					
	里芋ゴママヨ和え		生野菜サラダ		中華和え		きんぴら		小松菜浸し		オクラおかか和え		ごぼうサラダ																					
	味噌汁・デザート		コンソメスープ・デザート		とん汁		福豆・デザート		味噌汁・デザート		吸物・デザート		味噌汁・デザート																					
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																				
765	5.4	1230	5.1	1165	5.5	896	6.4	764	2.7	708	2.8	772	4.7																					
100gあたり	ごはん		ジュース(3種類)		牛乳		パン																											
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																										
	168		98		67	0.1	264~	1.3~																										
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分				
	2996	98.5	69.0	13.1	14.1	3444	126.8	102.4	11.8	11.0	3383	98.1	105.8	10.3	12.1	3293	92.1	53.4	11.2	13.4	3094	93.6	63.3	10.0	11.8	2980	87.1	68.4	8.5	9.4	3224	119.0	92.3	10.6

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	2月4日 月		2月5日 火		2月6日 水		2月7日 木		2月8日 金		2月9日 土		2月10日 日																						
朝食	おまかせ		おまかせ		おまかせ		ポテトサラダ		ウインナー		おまかせ		おまかせ																						
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		チキンナゲット		ミニポテト		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ		パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																						
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
	251	2.3		301	3.1		243	2.3		371	1.9		367	2.0		330	2.2		407	2.7															
昼食	豚玉丼		とんかつ		スタミナ炒め		アジフライ		カレーうどん		エビ揚げとじ丼		ヒレカツ																						
	ブロッコリーお浸し		里芋みそかけ		ひじきゴママヨ和え		ビーフソテー		山芋短冊揚げ		おまかせサラダ		豆腐サラダ																						
	味噌汁		吸物		味噌汁		若布スープ		ヤクルト		味噌汁		コンソメスープ																						
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
	654	3.3		552	2.8		511	2.9		451	1.8		695	4.7		524	4.1		475	1.3															
夕食	エビかつ		照焼きチキン		おでん		八宝菜		麻婆豆腐		カレイから揚げ		鶏肉ごまわさび焼き																						
	南瓜煮		水菜のサラダ		鮭塩焼き		肉団子		鮭マスタード焼き		ヘルシーサラダ		おまかせ煮物																						
	春雨サラダ		おまかせ煮物		法れん草ピーナッツ和え		中華ポテト		もやし炒め物		ジャーマンポテト		春雨酢の物																						
	味噌汁・デザート		味噌汁・デザート		吸物・デザート		中華スープ・デザート		吸物・デザート		吸物・デザート		吸物・デザート																						
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
	678	4.0		584	4.2		557	6.9		656	6.6		754	4.9		637	2.3		504	3.1															
100gあたり	ごはん		ジュース(3種類)		牛乳		パン																												
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g																					
	168		98		67	0.1	264~	1.3~																											
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分										
	3087	82.1	85.7	12.4	9.6	2931	83.3	66.3	10.3	10.1	2805	100.6	55.4	17.4	12.1	2972	89.2	64.4	11.4	10.3	3310	106.9	89.1	12.8	11.6	2985	86.1	77.8	10.8	8.6	2880	91.6	66.2	10.1	7.1

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	2月11日 月					2月12日 火					2月13日 水					2月14日 木					2月15日 金					2月16日 土					2月17日 日									
朝食	おまかせ					きんぴら																																		
						納豆																																		
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ					パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ																																		
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g										
304					2.1					326					3.6																									
昼食	豚肉生姜焼き					チキン南蛮タルタル																																		
	山菜おろし					じゃがツナ煮																																		
	味噌汁					スープ																																		
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g										
500					2.2					632					3.3																									
夕食	カレーライス					ちょっと早めのバレンタイン																																		
	ハートのコロッケ																																							
	サラダバー																																							
	デザート																																							
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g										
698					5.0																																			
100gあたり	ごはん					ジュース(3種類)					牛乳					パン																								
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g										
168					98					67					0.1					264~					1.3~															
1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分
	2996	76.8	80.5	8.9	9.3	2006	64.6	58.8	5.8	6.3																														

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

uniserv 株式会社 魚国総本社