

健(すこやか) コース

日付	メニュー名										栄養成分
1	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	424
	白	小豆と卵の炒め物	○	○						リ	
火	スパゲッティ									分	2.8
	豆類/人参	○	○							庫	
2	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	416
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
水	スパゲッティ									分	3.9
	豆類/人参	○	○							庫	
3	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	390
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
木	スパゲッティ									分	2.6
	豆類/人参	○	○							庫	
4	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	328
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
金	スパゲッティ									分	3.4
	豆類/人参	○	○							庫	
5	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	418
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
土	スパゲッティ									分	3.3
	豆類/人参	○	○							庫	
7	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	419
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
月	スパゲッティ									分	3.3
	豆類/人参	○	○							庫	
8	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	404
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
火	スパゲッティ									分	3.5
	豆類/人参	○	○							庫	
9	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	450
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
水	スパゲッティ									分	3.1
	豆類/人参	○	○							庫	
10	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	400
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
木	スパゲッティ									分	3.7
	豆類/人参	○	○							庫	
11	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	324
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
金	スパゲッティ									分	2.8
	豆類/人参	○	○							庫	
12	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	366
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
土	スパゲッティ									分	2.6
	豆類/人参	○	○							庫	
14	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	510
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
月	スパゲッティ									分	3.7
	豆類/人参	○	○							庫	
15	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	454
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
火	スパゲッティ									分	3.2
	豆類/人参	○	○							庫	
16	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	347
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
水	スパゲッティ									分	3.6
	豆類/人参	○	○							庫	
17	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	418
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
木	スパゲッティ									分	3.3
	豆類/人参	○	○							庫	
18	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	378
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
金	スパゲッティ									分	3.1
	豆類/人参	○	○							庫	
土	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	24.1
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
月	スパゲッティ									分	3.7
	豆類/人参	○	○							庫	
21	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	380
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
水	スパゲッティ									分	3.2
	豆類/人参	○	○							庫	
22	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	464
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
火	スパゲッティ									分	3.0
	豆類/人参	○	○							庫	
23	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	481
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
水	スパゲッティ									分	3.7
	豆類/人参	○	○							庫	
24	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	319
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
木	スパゲッティ									分	3.0
	豆類/人参	○	○							庫	
25	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	351
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
金	スパゲッティ									分	3.0
	豆類/人参	○	○							庫	
26	ランチ	鶏と大豆の肉みじん	○	○						グ	377
	白	鶏肉と大根の肉みじん	○	○						リ	
土	スパゲッティ									分	3.3
	豆類/人参	○	○							庫	

す。②都合により、献立を一部変更させて頂くことがあります。③業者で