



# 週間こんだて表

お申込締切  
毎週水曜日まで  
翌週月曜日からお届け



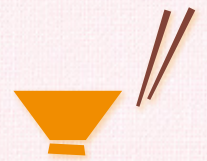
	7 / 16 月	7 / 17 火	7 / 18 水	7 / 19 木	7 / 20 金
弁当	海の日	おろし天ぷら盛合せ& 手づくりたまご焼	牛メンチかつ& 豚バラとピーマンの ナポリタンソース炒め	とり天 黒酢あんかけ& さいほの煮付け	しょうが焼& 手づくりたまご焼
	<ul style="list-style-type: none"> <li>お届けをお休みいたします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>とりと大根の煮物</li> <li>きんぴらごぼう</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>なすの揚げ浸し</li> <li>切干大根</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜のごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツのごま和え</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul>
	エネルギー kcal 塩分 g	エネルギー 696 kcal 塩分 2.0 g	エネルギー 718 kcal 塩分 1.7 g	エネルギー 785 kcal 塩分 3.8 g	エネルギー 639 kcal 塩分 3.1 g
おかず	海の日	おろし天ぷら盛合せ& 手づくりたまご焼	牛メンチかつ& 豚バラとピーマンの ナポリタンソース炒め	とり天 黒酢あんかけ& さいほの煮付け	しょうが焼& 手づくりたまご焼
	<ul style="list-style-type: none"> <li>お届けをお休みいたします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミートボール</li> <li>とりと大根の煮物</li> <li>きんぴらごぼう</li> <li>煮豆</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜のごま和え</li> <li>なすの揚げ浸し</li> <li>切干大根</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>根菜サラダ</li> <li>小松菜のごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>唐揚げ</li> <li>キャベツのごま和え</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>佃煮</li> </ul>
	エネルギー kcal 塩分 g	エネルギー 500 kcal 塩分 2.5 g	エネルギー 441 kcal 塩分 2.3 g	エネルギー 495 kcal 塩分 4.1 g	エネルギー 424 kcal 塩分 4.2 g

●都合により急遽メニューを変更する場合がございます。●食事制限などをされているお客様は、事前に専門医にご相談ください。  
●栄養成分値は計算値です。●原材料事情や調理工程により、実際にご提供する商品の数値には差異が生じる場合がありますのでご了承ください。



# 週間こんだて表

お申込締切  
毎週水曜日まで  
翌週月曜日からお届け



	7 / 23 月	7 / 24 火	7 / 25 水	7 / 26 木	7 / 27 金
弁当	<p>牛焼肉&amp; 手づくりたまご焼</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツのごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul> <p>エネルギー 639 kcal 塩分 1.8 g</p>	<p>さばのおろし竜田&amp; 豚肉の 玉ねぎソース炒め</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜のごま和え</li> <li>切干大根</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul> <p>エネルギー 688 kcal 塩分 3.1 g</p>	<p>煮込み風ハンバーグ&amp; 手づくりたまご焼</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>きんぴらごぼう</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul> <p>エネルギー 688 kcal 塩分 3.3 g</p>	<p>豚バラとなす炒め&amp; 天ぷら盛合せ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>れんこんのごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul> <p>エネルギー 809 kcal 塩分 2.0 g</p>	<p>とりとなすの揚げ煮&amp; 手づくりたまご焼</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>いんげんのごま和え</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>白ごはん (金ごま)</li> </ul> <p>エネルギー 771 kcal 塩分 4.0 g</p>
	おかず	<p>牛焼肉&amp; 手づくりたまご焼</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コロッケ</li> <li>キャベツのごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>煮豆</li> </ul> <p>エネルギー 465 kcal 塩分 2.1 g</p>	<p>さばのおろし竜田&amp; 豚肉の 玉ねぎソース炒め</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ミートボール</li> <li>小松菜のごま和え</li> <li>切干大根</li> <li>漬物</li> </ul> <p>エネルギー 431 kcal 塩分 3.8 g</p>	<p>煮込み風ハンバーグ&amp; 手づくりたまご焼</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>とりと大根の煮物</li> <li>きんぴらごぼう</li> <li>ポテトサラダ</li> <li>佃煮</li> </ul> <p>エネルギー 444 kcal 塩分 4.1 g</p>	<p>豚バラとなす炒め&amp; 天ぷら盛合せ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>小松菜の煮浸し</li> <li>れんこんのごま和え</li> <li>ひじき煮</li> <li>漬物</li> </ul> <p>エネルギー 571 kcal 塩分 3.0 g</p>

●都合により急遽メニューを変更する場合がございます。●食事制限などをされているお客様は、事前に専門医にご相談ください。  
●栄養成分値は計算値です。●原材料事情や調理工程により、実際にご提供する商品の数値には差異が生じる場合がありますのでご了承ください。