

洋食セット ご用意しております。

卵料理(目玉焼き、スクランブルエッグなど)  
サラダ、パン、コーヒー付

Dining Carrot

# Weekly Menu

3/3~3/6

	3月2日 mon	3月3日 tue	3月4日 wed	3月5日 thu	3月6日 fri	3月7日 sat
朝食		<ul style="list-style-type: none"> <li>豆腐のそぼろあんかけ</li> <li>納豆</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミニハンバーグ</li> <li>白菜のゆかり和え</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉野菜炒め</li> <li>板わさ</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鯖の塩焼</li> <li>ひじきと枝豆煮</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量		765 kcal 30.0 g 21.8 g 4.8 g	556 kcal 16.6 g 9.8 g 4.0 g	509 kcal 14.5 g 11.0 g 3.4 g	677 kcal 24.8 g 23.7 g 3.0 g	
臨時休業		小麦・卵・乳	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	
夕食		<ul style="list-style-type: none"> <li>ソースカツ丼</li> <li>しらす和え</li> <li>ビーフン炒め</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ますのムニエル</li> <li>さつまいもの煮物</li> <li>たまごサラダ</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>デザート</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ハヤシライス</li> <li>はんぺんフライ</li> <li>コールスローサラダ</li> <li>スープ</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ケイジャンチキン</li> <li>茄子の揚げびたし</li> <li>ペンのツナ和え</li> <li>御飯</li> <li>フルーツ</li> <li>スープ</li> </ul>	
エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量		849 kcal 19.7 g 21.0 g 4.9 g	920 kcal 27.8 g 19.6 g 4.0 g	910 kcal 18.6 g 38.5 g 5.4 g	876 kcal 32.0 g 33.7 g 3.7 g	
		小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・くるみ	小麦・卵・乳・えび・かに・くるみ	小麦・卵・乳	

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。予めご了承ください。

※アレルギー原因食品8品(小麦・卵・乳・落花生・そば・かに・えび・くるみ)を栄養価の下に表示しています。

◆営業時間◆

平日 朝食6:30~8:30(L.O8:15)

土曜 朝食7:00~9:00(L.O8:30)

夕食19:00~22:00(L.O21:30)

夕食19:00~22:00(L.O21:30)

MAISON OTSUKA

岸 食 セ ッ ト ご用意しております。

卵料理(目玉焼き、スクランブルエッグなど)  
サラダ、パン、ヨーヒー付

Dining Carrot

# Weekly Menu

3/9～3/14

	3月9日 mon	3月10日 tue	3月11日 wed	3月12日 thu	3月13日 fri	3月14日 sat
<b>朝食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鰯のみりん醤油焼き</li> <li>・ 切干大根煮</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 親子煮</li> <li>・ 納豆</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鶏肉の照焼</li> <li>・ とろろ和え</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ほっけの塩焼き</li> <li>・ 金平ごぼう</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 厚揚げと豚肉の中華炒め</li> <li>・ サラダ蒟蒻の和風和え</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ベーコンマヨトースト</li> <li>・ 蒸し鶏サラダ</li> <li>・ ヨーグルト</li> <li>・ コーンスープ</li> <li>・</li> </ul>
エネルギー	582 kcal	615 kcal	626 kcal	454 kcal	551 kcal	426 kcal
たんぱく質	21.7 g	26.6 g	23.6 g	17.3 g	22.1 g	17.4 g
脂質	11.3 g	15.0 g	15.0 g	5.7 g	14.2 g	12.9 g
食塩相当量	3.6 g	4.0 g	3.1 g	2.8 g	3.4 g	2.2 g
	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・くるみ	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに
<b>夕食</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 麻婆茄子</li> <li>・ 海藻サラダ</li> <li>・ にらまんじゅう</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ スープ</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ カレーライス</li> <li>・ ポテトサラダ</li> <li>・ クリームコロッケ</li> <li>・ スープ</li> <li>・ デザート</li> <li>・</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ レモンでさっぱり豚天</li> <li>・ 青梗菜のオイスター炒め</li> <li>・ 冷奴</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鶏肉のチーズ焼き</li> <li>・ トマトと胡瓜の和え物</li> <li>・ がんもの煮物</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ そぼろ親子丼</li> <li>・ 大根の煮物</li> <li>・ フロッコリーと海老のマヨ和え</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> <li>・</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 豚肉と中華サラダ</li> <li>・ きのこおくら</li> <li>・ チヂミ</li> <li>・ 御飯</li> <li>・ 味噌汁</li> <li>・ フルーツ</li> </ul>
エネルギー	798 kcal	900 kcal	959 kcal	850 kcal	736 kcal	840 kcal
たんぱく質	17.2 g	17.6 g	29.4 g	37.3 g	27.9 g	27.8 g
脂質	26.4 g	32.7 g	35.5 g	28.1 g	23.8 g	17.3 g
食塩相当量	4.8 g	4.9 g	3.8 g	3.1 g	3.4 g	4.0 g
	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・くるみ

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。 予めご了承ください。

※アレルギー原因食品8品(小麦・卵・乳・落花生・そば・かに・えび・くるみ)を栄養価の下に表示しています。

◆営業時間◆

平日 朝食6:30～8:30(L.O8:15)

土曜 朝食7:00～9:00(L.O8:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)



MAISON OTSUKA

# Weekly Menu

3/16～3/19

洋食セット ご用意しております。

卵料理(目玉焼き、スクランブルエッグなど)  
サラダ、パン、コーヒー付

	3月16日 mon	3月17日 tue	3月18日 wed	3月19日 thu	3月20日 fri	3月21日 sat		
朝食	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉団子の中華野菜あん</li> <li>お浸し</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>麩チャンプルー</li> <li>納豆</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ますの塩焼き</li> <li>胡麻和え</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>オムレツ&amp;ソーセージステーキ</li> <li>ほうれん草のお浸し</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>				
エネルギー	705 kcal	584 kcal	599 kcal	477 kcal				
たんぱく質	19.2 g	23.6 g	22.5 g	15.0 g				
脂質	15.6 g	14.5 g	12.8 g	6.0 g				
食塩相当量	4.4 g	5.2 g	3.6 g	3.6 g				
	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・くるみ	小麦・卵・乳・えび・かに				
夕食	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンガーリックベツパー焼き</li> <li>菜の花の辛子和え</li> <li>じゃが芋の炒り煮</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<p>お楽しみメニュー</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>カレーライス</li> <li>スナップエンドウのマヨ和え</li> <li>コロッケ</li> <li>スープ</li> <li>フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークソテートマトソース</li> <li>マカロニサラダ</li> <li>ほたてフライ</li> <li>御飯</li> <li>味噌汁</li> <li>フルーツ</li> </ul>				
エネルギー	857 kcal		917 kcal		976 kcal			
たんぱく質	33.7 g		19.5 g		29.2 g			
脂質	27.0 g	32.0 g		38.0 g				
食塩相当量	3.6 g	4.7 g		4.0 g				
	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳		小麦・卵・乳・えび・かに・くるみ				

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。 予めご了承ください。

※アレルギー原因食品8品(小麦・卵・乳・落花生・そば・かに・えび・くるみ)を栄養価の下に表示しています。

◆営業時間◆

平日 朝食6:30～8:30(L.O8:15)

土曜 朝食7:00～9:00(L.O8:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)

洋食セット ご用意しております。

卵料理(目玉焼き、スクランブルエッグなど)  
サラダ、パン、ヨーヒー付

Dining Carrot

# Weekly Menu

3/23～3/27

	3月23日 mon	3月24日 tue	3月25日 wed	3月26日 thu	3月27日 fri	3月28日 sat
朝食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハムエッグ</li> <li>・野菜のレモン醤油和え</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・厚揚げの肉味噌焼き</li> <li>・キャベツの胡麻酢和え</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・たらの照り焼き</li> <li>・温泉卵</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉のマヨネーズ焼き</li> <li>・あさりの酢味噌和え</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉と根菜の金平</li> <li>・野菜の明太和え</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	
	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	494 kcal 18.9 g 11.9 g 3.1 g	674 kcal 25.0 g 22.9 g 3.0 g	548 kcal 26.4 g 10.4 g 3.2 g	630 kcal 26.0 g 20.7 g 4.3 g	689 kcal 26.0 g 20.0 g 3.3 g
	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび	
夕食	 <p>鶏ちゃん焼き</p> <p>ザーサイの中華和え 南瓜の含め煮 味噌汁 デザート</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・海老カツ</li> <li>・ナムル</li> <li>・茄子の煮浸し</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンバーグデミグラスソース</li> <li>・マカロニのカレー炒め</li> <li>・ツナサラダ</li> <li>・御飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖の味噌煮</li> <li>・大根サラダ</li> <li>・焼売</li> <li>・御飯</li> <li>・すまし汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チキンクリームライス</li> <li>・海藻サラダ</li> <li>・ミニメンチカツ</li> <li>・スープ</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	
	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	859 kcal 31.0 g 26.5 g 4.0 g	905 kcal 17.4 g 22.9 g 4.2 g	994 kcal 28.0 g 27.6 g 4.6 g	989 kcal 31.0 g 35.0 g 3.6 g	846 kcal 23.9 g 29.0 g 7.4 g
	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに	小麦・卵・乳	小麦・卵・乳・くるみ・えび・かに	小麦・卵・乳・えび・かに・くるみ	

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。 予めご了承ください。

※アレルギー原因食品8品(小麦・卵・乳・落花生・そば・かに・えび・くるみ)を栄養価の下に表示しています。

◆営業時間◆

平日 朝食6:30～8:30(L.O8:15)

土曜 朝食7:00～9:00(L.O8:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)

夕食19:00～22:00(L.O21:30)