

# 朝食

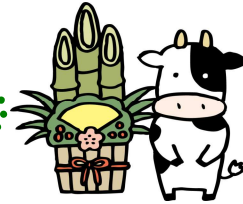
# 1月 Monthly Menu




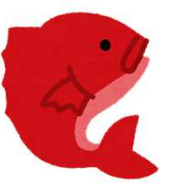
清和寮  
日曜日  
3日



謹賀新年

明けましておめでとうございます



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日 1日	土曜日 2日	日曜日 3日																																																
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>4日</p> <p><b>鯖の塩焼き</b> いんげんの胡麻酢和え ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>526</td><td>20.9</td><td>24.5</td><td>3.6</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>5日</p> <p>ハム野菜ソテー&amp;ベイクドエッグ フルーツ パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>476</td><td>12.4</td><td>18.2</td><td>2.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>6日</p> <p><b>豆腐ステーキ</b> 糸切り昆布煮 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>496</td><td>22.5</td><td>15.3</td><td>4.6</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>7日</p> <p>レモンハーブチキン ヨーグルト パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>501</td><td>17.0</td><td>23.8</td><td>2.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>8日</p> <p>鯛つみれと白菜の煮込み 納豆 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>460</td><td>17.8</td><td>13.9</td><td>5.4</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>9日</p> <p>ピザトースト コールスローサラダ フルーツ スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>426</td><td>16.1</td><td>17.3</td><td>3.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>10日</p>  </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	526	20.9	24.5	3.6	E	P	F	食塩相当量	476	12.4	18.2	2.7	E	P	F	食塩相当量	496	22.5	15.3	4.6	E	P	F	食塩相当量	501	17.0	23.8	2.7	E	P	F	食塩相当量	460	17.8	13.9	5.4	E	P	F	食塩相当量	426	16.1	17.3	3.0
E	P	F	食塩相当量																																																			
526	20.9	24.5	3.6																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
476	12.4	18.2	2.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
496	22.5	15.3	4.6																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
501	17.0	23.8	2.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
460	17.8	13.9	5.4																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
426	16.1	17.3	3.0																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>11日</p>  <p>成人の日</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>12日</p> <p>ウインナーと野菜のトマト煮 かに風味サラダ パン</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>570</td><td>15.6</td><td>30.8</td><td>3.4</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>13日</p> <p><b>肉野菜炒め</b> 茄子の生姜醤油和え ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>418</td><td>17.7</td><td>13.6</td><td>4.1</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>14日</p> <p>チーズ入りオムレツ&amp;サラダ ヨーグルト パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>544</td><td>25.6</td><td>26.3</td><td>2.6</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>15日</p> <p>鯖のみりん醤油漬焼き さつま揚げの煮物 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>482</td><td>28.2</td><td>10.4</td><td>4.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>16日</p> <p>カレーピラフ 彩りサラダ フルーツ スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>557</td><td>13.8</td><td>14.3</td><td>3.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>17日</p>  </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	570	15.6	30.8	3.4	E	P	F	食塩相当量	418	17.7	13.6	4.1	E	P	F	食塩相当量	544	25.6	26.3	2.6	E	P	F	食塩相当量	482	28.2	10.4	4.7	E	P	F	食塩相当量	557	13.8	14.3	3.0								
E	P	F	食塩相当量																																																			
570	15.6	30.8	3.4																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
418	17.7	13.6	4.1																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
544	25.6	26.3	2.6																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
482	28.2	10.4	4.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
557	13.8	14.3	3.0																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>18日</p> <p><b>あじの塩麹焼き</b> 切干大根の煮物 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>405</td><td>24.2</td><td>5.9</td><td>5.8</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>19日</p> <p>ベーコンエッグ&amp;サラダ ヨーグルト パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>537</td><td>17.9</td><td>29.7</td><td>2.6</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>20日</p> <p><b>肉豆腐</b> ねばねば三昧 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>523</td><td>25.1</td><td>13.5</td><td>5.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>21日</p> <p>クリームシチュー グリーンサラダ パン</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>569</td><td>20.1</td><td>25.1</td><td>3.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>22日</p> <p>さつま揚げと野菜の味噌炒め 納豆 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>545</td><td>21.2</td><td>18.8</td><td>4.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>23日</p> <p>フィッシュサンド シーザーサラダ ヨーグルト スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>464</td><td>16.1</td><td>18.5</td><td>3.1</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>24日</p>  </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	405	24.2	5.9	5.8	E	P	F	食塩相当量	537	17.9	29.7	2.6	E	P	F	食塩相当量	523	25.1	13.5	5.0	E	P	F	食塩相当量	569	20.1	25.1	3.7	E	P	F	食塩相当量	545	21.2	18.8	4.3	E	P	F	食塩相当量	464	16.1	18.5	3.1
E	P	F	食塩相当量																																																			
405	24.2	5.9	5.8																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
537	17.9	29.7	2.6																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
523	25.1	13.5	5.0																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
569	20.1	25.1	3.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
545	21.2	18.8	4.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
464	16.1	18.5	3.1																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>25日</p> <p><b>ほっけの塩焼き</b> キャベツの塩昆布和え ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>336</td><td>19.0</td><td>5.1</td><td>4.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>26日</p> <p>フランクフルト&amp;野菜ソテー フルーツ パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>531</td><td>14.6</td><td>29.2</td><td>2.9</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>27日</p> <p><b>厚揚げの葱味噌焼き</b> いんげんの梅かつお和え ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>560</td><td>25.9</td><td>22.0</td><td>5.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>28日</p> <p>目玉焼き&amp;ハムソテー ヨーグルト パン スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>484</td><td>17.9</td><td>20.2</td><td>2.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>29日</p> <p>海老団子と春雨のピリ辛煮 ごぼうのそぼろ炒め ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>504</td><td>18.0</td><td>13.9</td><td>5.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>30日</p> <p>ホットドッグ 枝豆サラダ フルーツ スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>472</td><td>12.7</td><td>23.4</td><td>3.5</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>31日</p>  </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	336	19.0	5.1	4.3	E	P	F	食塩相当量	531	14.6	29.2	2.9	E	P	F	食塩相当量	560	25.9	22.0	5.2	E	P	F	食塩相当量	484	17.9	20.2	2.7	E	P	F	食塩相当量	504	18.0	13.9	5.2	E	P	F	食塩相当量	472	12.7	23.4	3.5
E	P	F	食塩相当量																																																			
336	19.0	5.1	4.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
531	14.6	29.2	2.9																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
560	25.9	22.0	5.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
484	17.9	20.2	2.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
504	18.0	13.9	5.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
472	12.7	23.4	3.5																																																			

※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。ご了承下さい。※当食堂のお米は純国産米を使用しております。  
※E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

夕食

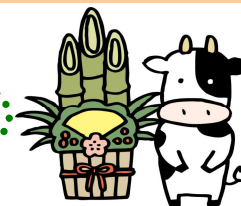
# 1月 Monthly Menu

清和寮  
日曜日  
3日



謹賀新年

明けましておめでとうございます



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日 1日	土曜日 2日	日曜日 3日																																																
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>4日</p> <p><b>牛皿</b> イカリングフライ コーンサラダ ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>783</td><td>30.1</td><td>26.0</td><td>5.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>5日</p> <p><b>鶏肉の竜田揚げ</b> 金平ごぼう 春菊のピーナッツ和え ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>759</td><td>37.4</td><td>22.9</td><td>3.9</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>6日</p> <p><b>あじのパン粉焼き</b> ミニポトフ 温泉玉子 ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>779</td><td>40.3</td><td>25.4</td><td>5.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>7日</p> <p>年明け紅白 白湯うどん</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>663</td><td>27.2</td><td>18.9</td><td>7.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>8日</p> <p><b>豚肉のゆず塩炒め</b> 田楽 たけのこのナムル ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>663</td><td>27.2</td><td>18.9</td><td>4.4</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>9日</p> <p><b>カレー</b> 大根のサラダ デザート スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>792</td><td>18.3</td><td>20.4</td><td>5.1</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>10日</p> </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	783	30.1	26.0	5.0	E	P	F	食塩相当量	759	37.4	22.9	3.9	E	P	F	食塩相当量	779	40.3	25.4	5.3	E	P	F	食塩相当量	663	27.2	18.9	7.2	E	P	F	食塩相当量	663	27.2	18.9	4.4	E	P	F	食塩相当量	792	18.3	20.4	5.1
E	P	F	食塩相当量																																																			
783	30.1	26.0	5.0																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
759	37.4	22.9	3.9																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
779	40.3	25.4	5.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
663	27.2	18.9	7.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
663	27.2	18.9	4.4																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
792	18.3	20.4	5.1																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>11日</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>12日</p> <p><b>コロッケ盛り合わせ</b> れんこんの土佐煮 たたききゅうり ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>748</td><td>17.5</td><td>18.4</td><td>5.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>13日</p> <p><b>鮭の味噌マヨ焼き</b> 里芋のそぼろあん デザート 炊き込みごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>867</td><td>37.8</td><td>19.0</td><td>5.8</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>14日</p> <p><b>鶏肉のグリルきのこソース</b> パンネのペペロンチーノ フルーツ ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>815</td><td>32.1</td><td>24.7</td><td>3.1</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>15日</p> <p><b>麻婆豆腐</b> 春巻き 海草サラダ ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>882</td><td>36.3</td><td>36.1</td><td>5.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>16日</p> <p><b>牛肉のオイスター炒め</b> 竹輪の煮物 卵豆腐 ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>731</td><td>29.9</td><td>26.1</td><td>5.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>17日</p> </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	748	17.5	18.4	5.3	E	P	F	食塩相当量	867	37.8	19.0	5.8	E	P	F	食塩相当量	815	32.1	24.7	3.1	E	P	F	食塩相当量	882	36.3	36.1	5.2	E	P	F	食塩相当量	731	29.9	26.1	5.0								
E	P	F	食塩相当量																																																			
748	17.5	18.4	5.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
867	37.8	19.0	5.8																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
815	32.1	24.7	3.1																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
882	36.3	36.1	5.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
731	29.9	26.1	5.0																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>18日</p> <p><b>煮込みハンバーグ</b> ミモザサラダ フルーツ ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>868</td><td>27.6</td><td>38.5</td><td>3.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>19日</p> <p><b>鶏肉の梅しそ焼き</b> イカのガーリック炒め 和風サラダ ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>771</td><td>35.9</td><td>30.5</td><td>5.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>20日</p> <p><b>ベーコンとアスパラのトマトスパゲティ</b> シュリンプサラダ デザート スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>728</td><td>26.4</td><td>26.5</td><td>4.9</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>21日</p> <p><b>カレーのみぞれ南蛮</b> 挽肉と竹の子の炒め物 とろろいも ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>717</td><td>35.7</td><td>20.9</td><td>5.1</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>22日</p> <p><b>回鍋肉</b> 水餃子 キムチ奴 ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>785</td><td>35.2</td><td>24.3</td><td>5.0</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>23日</p> <p><b>ハヤシライス</b> タラモサラダ フルーツ スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>875</td><td>22.4</td><td>31.3</td><td>5.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>24日</p> </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	868	27.6	38.5	3.2	E	P	F	食塩相当量	771	35.9	30.5	5.2	E	P	F	食塩相当量	728	26.4	26.5	4.9	E	P	F	食塩相当量	717	35.7	20.9	5.1	E	P	F	食塩相当量	785	35.2	24.3	5.0	E	P	F	食塩相当量	875	22.4	31.3	5.2
E	P	F	食塩相当量																																																			
868	27.6	38.5	3.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
771	35.9	30.5	5.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
728	26.4	26.5	4.9																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
717	35.7	20.9	5.1																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
785	35.2	24.3	5.0																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
875	22.4	31.3	5.2																																																			
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p>25日</p> <p><b>鶏天</b> 青菜と竹輪の煮浸し フルーツ ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>778</td><td>39.9</td><td>23.7</td><td>5.5</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>26日</p> <p><b>豚肉の黒胡椒焼き</b> かぼちゃの含め煮 なめ茸おろし ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>749</td><td>29.4</td><td>23.0</td><td>4.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>27日</p> <p><b>鰯のタンドリー風</b> クリームコロッケ きのこのマリネ ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>783</td><td>32.4</td><td>27.1</td><td>3.2</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>28日</p> <p><b>牛しゃぶ香味ソース</b> ビーフン炒め フルーツ ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>745</td><td>28.9</td><td>25.6</td><td>5.3</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>29日</p> <p><b>豚肉と野菜の細切炒め</b> さつまいものレモン煮 水菜のサラダ ごはん スープ</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>731</td><td>32.1</td><td>17.5</td><td>4.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>30日</p> <p><b>チキンチーズ焼き</b> マカロニサラダ デザート ごはん 味噌汁</p> <table border="1"> <tr><td>E</td><td>P</td><td>F</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>881</td><td>34.9</td><td>33.5</td><td>4.7</td></tr> </table> </div> <div style="text-align: center;"> <p>31日</p> </div> </div>							E	P	F	食塩相当量	778	39.9	23.7	5.5	E	P	F	食塩相当量	749	29.4	23.0	4.3	E	P	F	食塩相当量	783	32.4	27.1	3.2	E	P	F	食塩相当量	745	28.9	25.6	5.3	E	P	F	食塩相当量	731	32.1	17.5	4.7	E	P	F	食塩相当量	881	34.9	33.5	4.7
E	P	F	食塩相当量																																																			
778	39.9	23.7	5.5																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
749	29.4	23.0	4.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
783	32.4	27.1	3.2																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
745	28.9	25.6	5.3																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
731	32.1	17.5	4.7																																																			
E	P	F	食塩相当量																																																			
881	34.9	33.5	4.7																																																			

※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。ご了承下さい。※当食堂のお米は純国産米を使用しております。  
※E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質