

5月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2024
May

月	火	水	木	金																																																																											
		<p>1</p>  <p>● しっとりサクサクチキンカツ・BBQソース 肉団子と彩り野菜の甘辛あん きのこのバター醤油炒め 切干大根煮 山芋とオクラの梅サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 819kcal</td><td>18.9g</td><td>15.6g</td><td>98.2g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 411kcal</td><td>12.1g</td><td>9.1g</td><td>69.0g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 819kcal	18.9g	15.6g	98.2g	2.5g	ヘルシー 411kcal	12.1g	9.1g	69.0g	1.8g	<p>2</p>  <p>● 牛すじ入り! 14種スライスのカレー煮込み さつま芋コロケ・黒ごま風味 高野豆腐とそぼろの煮物 大豆ときゅうりの山椒和え Wコーンのアボカドマスタードサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 667kcal</td><td>15.7g</td><td>19.4g</td><td>110.4g</td><td>1.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 482kcal</td><td>11.5g</td><td>10.5g</td><td>75.4g</td><td>1.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 667kcal	15.7g	19.4g	110.4g	1.9g	ヘルシー 482kcal	11.5g	10.5g	75.4g	1.4g	<p>3</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>店休日</p> </div>																																													
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 819kcal	18.9g	15.6g	98.2g	2.5g																																																																											
ヘルシー 411kcal	12.1g	9.1g	69.0g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 667kcal	15.7g	19.4g	110.4g	1.9g																																																																											
ヘルシー 482kcal	11.5g	10.5g	75.4g	1.4g																																																																											
<p>6</p> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>店休日</p> </div>	<p>7</p>  <p>● 三元豚の豚カツ・ソース 合徳のゆず塩チャプチェ 竹の子の生姜昆布和え もやしとわかめのびりナムル ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 600kcal</td><td>17.3g</td><td>22.5g</td><td>97.6g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 459kcal</td><td>11.2g</td><td>13.6g</td><td>68.8g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 600kcal	17.3g	22.5g	97.6g	2.7g	ヘルシー 459kcal	11.2g	13.6g	68.8g	2.0g	<p>8</p>  <p>● ハンバーガー〜デミグラスソース煮込み〜 お楽しみ一品 豆乳入りふくらがんとも煮 チンゲン菜とパプリカのオイスター炒め ツナ入り! 切干大根ときゅうりのさっぱりサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 598kcal</td><td>14.8g</td><td>14.5g</td><td>98.8g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 408kcal</td><td>10.2g</td><td>9.3g</td><td>68.9g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 598kcal	14.8g	14.5g	98.8g	2.1g	ヘルシー 408kcal	10.2g	9.3g	68.9g	1.6g	<p>9</p>  <p>● 賢沢唐揚げ〜4種海鮮お出汁〜 ● 鯛(おの)の西川風麻婆さぼろあん 旬の巻キャベツ揚げ天 白煮漬けとひじまのもろみ醤油和え さつま芋とかぼちゃのオレンジタルタダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 822kcal</td><td>24.4g</td><td>31.5g</td><td>101.4g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 513kcal</td><td>15.4g</td><td>16.0g</td><td>72.5g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 822kcal	24.4g	31.5g	101.4g	2.5g	ヘルシー 513kcal	15.4g	16.0g	72.5g	2.1g	<p>10</p>  <p>● 海老カツ・3種のチーズソース ● 神神焼(レインボー)黒ごまダレかけ タコ入り! 海鮮チヂミ おまかせの煎菜 春巻ときのこの和風オニオンサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 643kcal</td><td>19.4g</td><td>15.8g</td><td>102.8g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 432kcal</td><td>12.2g</td><td>9.5g</td><td>73.1g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 643kcal	19.4g	15.8g	102.8g	2.5g	ヘルシー 432kcal	12.2g	9.5g	73.1g	1.7g															
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 600kcal	17.3g	22.5g	97.6g	2.7g																																																																											
ヘルシー 459kcal	11.2g	13.6g	68.8g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 598kcal	14.8g	14.5g	98.8g	2.1g																																																																											
ヘルシー 408kcal	10.2g	9.3g	68.9g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 822kcal	24.4g	31.5g	101.4g	2.5g																																																																											
ヘルシー 513kcal	15.4g	16.0g	72.5g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 643kcal	19.4g	15.8g	102.8g	2.5g																																																																											
ヘルシー 432kcal	12.2g	9.5g	73.1g	1.7g																																																																											
<p>13</p>  <p>● ルーローハン風〜豚肉と野菜のオイスター炒め〜 ● アブラカレい・カニカマ玉子あん ● 韓名物! 黒はんぺんフライ ひじき煮 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 854kcal</td><td>18.7g</td><td>20.3g</td><td>98.3g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>12.8g</td><td>14.8g</td><td>70.2g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 854kcal	18.7g	20.3g	98.3g	2.5g	ヘルシー 479kcal	12.8g	14.8g	70.2g	1.8g	<p>14</p>  <p>● チーズインハンバーグ・和風オニオン ● フライドチキン・チリマヨネーズ 旬のやさいとポテトのアーヒージュ風 きゅうりとパスタこんじやくの明太和風サラダ ゆずのやさしいもろみクロール〜</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 876kcal</td><td>23.3g</td><td>29.4g</td><td>104.3g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 589kcal</td><td>14.5g</td><td>23.0g</td><td>74.1g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 876kcal	23.3g	29.4g	104.3g	3.1g	ヘルシー 589kcal	14.5g	23.0g	74.1g	2.1g	<p>15</p>  <p>● ネギ塩サムギョプサル・キムチ風野菜添え ● 磯の青皮がまる切らない旨さ白身魚フライ 京風印の花〜かからと野菜煮〜 紅白大根と花野菜の和風マリネ 店おすすめのおやつ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 817kcal</td><td>19.8g</td><td>16.4g</td><td>95.9g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 498kcal</td><td>13.7g</td><td>11.2g</td><td>69.4g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 817kcal	19.8g	16.4g	95.9g	3.2g	ヘルシー 498kcal	13.7g	11.2g	69.4g	2.2g	<p>16</p>  <p>● キャベツまるっとメンチカツ・ソース ● 磯海老と枝豆のおつまみ天・柚子胡椒あん 鯛と彩り野菜のチャプチェ さんぽろ揚げ 豆乳入り! 和風ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 844kcal</td><td>19.2g</td><td>26.4g</td><td>108.1g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 560kcal</td><td>11.7g</td><td>20.3g</td><td>76.0g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 844kcal	19.2g	26.4g	108.1g	2.7g	ヘルシー 560kcal	11.7g	20.3g	76.0g	1.9g	<p>17</p>  <p>● 鳥取県境港産紅ズワイ蟹クリームコロケ ● 合徳とコロコニョッキのペペロンチーノ 豆乳と野菜のふわふわ真丈(しんじょう) 今が旬! 竹の子のびり半葉炒め 豆もやしと水菜の青じそサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 777kcal</td><td>15.1g</td><td>28.1g</td><td>108.0g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 492kcal</td><td>10.2g</td><td>16.2g</td><td>72.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 777kcal	15.1g	28.1g	108.0g	2.3g	ヘルシー 492kcal	10.2g	16.2g	72.9g	2.1g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 854kcal	18.7g	20.3g	98.3g	2.5g																																																																											
ヘルシー 479kcal	12.8g	14.8g	70.2g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 876kcal	23.3g	29.4g	104.3g	3.1g																																																																											
ヘルシー 589kcal	14.5g	23.0g	74.1g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 817kcal	19.8g	16.4g	95.9g	3.2g																																																																											
ヘルシー 498kcal	13.7g	11.2g	69.4g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 844kcal	19.2g	26.4g	108.1g	2.7g																																																																											
ヘルシー 560kcal	11.7g	20.3g	76.0g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 777kcal	15.1g	28.1g	108.0g	2.3g																																																																											
ヘルシー 492kcal	10.2g	16.2g	72.9g	2.1g																																																																											
<p>20</p>  <p>● チキンのペーコンクリームソースがけ ● ジュシー! ごぼうメンチ 高野豆腐と花巻の煮物 スナップエンドウとパプリカのカレー炒め チリポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 711kcal</td><td>25.2g</td><td>22.1g</td><td>99.8g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 478kcal</td><td>16.0g</td><td>13.6g</td><td>70.2g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 711kcal	25.2g	22.1g	99.8g	2.3g	ヘルシー 478kcal	16.0g	13.6g	70.2g	1.7g	<p>21</p>  <p>● 豚肉と彩り野菜の甘辛バター炒め ● お楽しみ揚げ物 大根の和風煮〜ゆず胡椒風味〜 Wコーンと枝豆のもろみ和え ひじきとアボカドの豆腐サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 694kcal</td><td>13.5g</td><td>21.6g</td><td>105.7g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 452kcal</td><td>9.7g</td><td>12.5g</td><td>72.6g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 694kcal	13.5g	21.6g	105.7g	2.7g	ヘルシー 452kcal	9.7g	12.5g	72.6g	1.8g	<p>22</p>  <p>● チキンとハムのきのこトマト煮込み ● ごま油香る! 揚げがコロケ ● 鶏挽きとちくわん・和風あん 芋ふかしのびり半葉炒め 白煮漬けともやしの昆布ポン酢ジュレ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 664kcal</td><td>22.7g</td><td>19.1g</td><td>97.4g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 468kcal</td><td>14.6g</td><td>13.0g</td><td>68.5g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 664kcal	22.7g	19.1g	97.4g	2.6g	ヘルシー 468kcal	14.6g	13.0g	68.5g	1.9g	<p>23</p>  <p>● ピラフ高ライス ● ブリつとミニエビフライ・バルボテ ● ビーフ入りハンバーグ・デミグラス煮込み ちくわ磯揚げ アジのナポリタン風 カラフル野菜サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 694kcal</td><td>19.6g</td><td>23.0g</td><td>94.7g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 496kcal</td><td>13.4g</td><td>15.5g</td><td>73.9g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 694kcal	19.6g	23.0g	94.7g	2.7g	ヘルシー 496kcal	13.4g	15.5g	73.9g	2.0g	<p>24</p>  <p>● ざっぱり! チキン竜田おろし煮あん ● イカとオクラの落しと揚げ・中華あん 茄子といんげんの生姜炒め 国産成鳥炭使用! かつおのしぼ揚げ和え さつま芋の甘辛和風サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 708kcal</td><td>19.5g</td><td>26.3g</td><td>106.3g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 505kcal</td><td>12.1g</td><td>15.6g</td><td>75.3g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 708kcal	19.5g	26.3g	106.3g	2.7g	ヘルシー 505kcal	12.1g	15.6g	75.3g	1.9g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 711kcal	25.2g	22.1g	99.8g	2.3g																																																																											
ヘルシー 478kcal	16.0g	13.6g	70.2g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 694kcal	13.5g	21.6g	105.7g	2.7g																																																																											
ヘルシー 452kcal	9.7g	12.5g	72.6g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 664kcal	22.7g	19.1g	97.4g	2.6g																																																																											
ヘルシー 468kcal	14.6g	13.0g	68.5g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 694kcal	19.6g	23.0g	94.7g	2.7g																																																																											
ヘルシー 496kcal	13.4g	15.5g	73.9g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 708kcal	19.5g	26.3g	106.3g	2.7g																																																																											
ヘルシー 505kcal	12.1g	15.6g	75.3g	1.9g																																																																											
<p>27</p>  <p>● 鰯唐揚げと揚げじゃがの香ばし旨黒酢ダレ ● 帆立風味フライ・コゲ目トマトソース 高野豆腐の肉そぼろ中華あん おまかせの煎菜 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 789kcal</td><td>22.8g</td><td>29.5g</td><td>105.3g</td><td>2.8g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 529kcal</td><td>15.8g</td><td>18.4g</td><td>73.9g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 789kcal	22.8g	29.5g	105.3g	2.8g	ヘルシー 529kcal	15.8g	18.4g	73.9g	2.0g	<p>28</p>  <p>● 豚肉と枝葉のヤンニョム風・辛味噌味 ● カルシウム豊富 あじの南蛮漬け 豆もやしと水菜の中華和え 切干大根煮 店おすすめのお品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 819kcal</td><td>17.1g</td><td>14.2g</td><td>101.2g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 430kcal</td><td>11.2g</td><td>9.6g</td><td>71.7g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 819kcal	17.1g	14.2g	101.2g	2.5g	ヘルシー 430kcal	11.2g	9.6g	71.7g	2.0g	<p>29</p>  <p>● ガツンと牛かつ・こってり焼肉ソース ● ピリ辛ネギ味噌チャーシュー さつま芋のバター・ナッツ仕立て 白煮の旨塩ナムル さっぱりライチ梅のマンナン大根</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 778kcal</td><td>17.3g</td><td>26.5g</td><td>113.5g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 518kcal</td><td>11.0g</td><td>14.6g</td><td>83.0g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 778kcal	17.3g	26.5g	113.5g	2.4g	ヘルシー 518kcal	11.0g	14.6g	83.0g	1.7g	<p>30</p>  <p>● 新登場! 鶏挽き肉ハンバーグ・瀬戸内産レモン ● 白身魚フライ・チリソース 花がんとも煮物 わかめとネギのサクサク醤油炒め ごぼうと小松菜の梅味噌サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 691kcal</td><td>20.5g</td><td>22.5g</td><td>95.5g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 467kcal</td><td>13.0g</td><td>13.7g</td><td>68.4g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 691kcal	20.5g	22.5g	95.5g	2.6g	ヘルシー 467kcal	13.0g	13.7g	68.4g	2.0g	<p>31</p>  <p>● 薄切り牛肉のビーフシチュー ● 海老イカ海鮮カツ・タルタルソース たっぷり野菜の揚げ餃子 ひじき煮 やさしい甘さ! 4色お豆のシーザーサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ドリンク 717kcal</td><td>17.3g</td><td>21.1g</td><td>111.0g</td><td>2.8g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 494kcal</td><td>12.3g</td><td>15.1g</td><td>78.9g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ドリンク 717kcal	17.3g	21.1g	111.0g	2.8g	ヘルシー 494kcal	12.3g	15.1g	78.9g	2.0g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 789kcal	22.8g	29.5g	105.3g	2.8g																																																																											
ヘルシー 529kcal	15.8g	18.4g	73.9g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 819kcal	17.1g	14.2g	101.2g	2.5g																																																																											
ヘルシー 430kcal	11.2g	9.6g	71.7g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 778kcal	17.3g	26.5g	113.5g	2.4g																																																																											
ヘルシー 518kcal	11.0g	14.6g	83.0g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 691kcal	20.5g	22.5g	95.5g	2.6g																																																																											
ヘルシー 467kcal	13.0g	13.7g	68.4g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ドリンク 717kcal	17.3g	21.1g	111.0g	2.8g																																																																											
ヘルシー 494kcal	12.3g	15.1g	78.9g	2.0g																																																																											

●マークは写真で紹介しているメニューです。