

8月

管理栄養士が考えた

日替わりメニュー

2025
August

月	火	水	木	金
				<p>1</p>  <p>■ 牛すじ入り！彩り野菜のチリトマト煮込み お楽しみ一品 肉団子・甘辛あん こんにゃくのピリ辛高菜和え 切干大根のツナマヨサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>
<p>4 ★ きかなの日</p>  <p>■ 鯖(はち)のコロコロ竜田 豚そぼろ・鮭・玉子の3色丼風炒め 鯛子名物カレーボール・コンソメ煮 ひじき煮 ポテトサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>5</p>  <p>■ 黒豚の酢豚〜鶏肉と野菜の黒酢ドレ〜 菓がばちコロコック ちくわ磯辺揚げ わかめと生葉昆布の和え物 キャベツと人参の黒酢サラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>6 ★ Premium 東北祭り にぎわいで</p>  <p>■ 仙台名物！牛タン入りハンバーグ ■ 盛岡伝統グルメ「じゃじゃ麺」を春巻で 宇治蕎麦 ぎょうざ入り和風マッシュ 真っ白秋田産人な白和え 国産りんご果汁入りプチケーキ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>7</p>  <p>■ ごろっと鶏肉のネギ塩野菜炒め 鮮魚のしそフライ 反西部の花〜おからと野菜〜 おまかせの煎茶 紅芯大根とカリフラワーのマスタードマリネ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>8 ★ Special</p>  <p>■ 鳥取県産産紅ズワイカニクリームコロッケ ■ スペイン料理！合橋のアヒージョ風 ミートボールトマト煮込み 小松菜のコンソメ煮 さつま芋と枝豆の和風サラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>
<p>11</p> <p>店休日</p>	<p>12</p>  <p>■ サクッとスティックチキン イカ団子と春雨のピリ辛チャプチェ 花がんもの煮物 竹の子とピーマンの中巻炒め マカロニサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>13</p>  <p>■ 豚唐揚げと夏野菜のトマト炒め さつま芋コロッケ・黒ごま風味 ひじきと大豆の山椒炒め さんぴられんこん 店をおすすめの一品</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>14</p>  <p>■ 蒸し鶏のカレーチキン(カレーチキン) 白身魚フライ・柚子胡椒風味 野菜たっぷり揚げ餃子 切干大根煮 ポテトサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>15</p>  <p>■ 粗挽き肉ハンバーグ・BBQソース ごま油香る！揚げじゃがコロッケ かぶと小松菜の豆乳煮 あさりとりわかめの煮物 花野菜のピリ辛高菜サラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>
<p>18</p>  <p>■ 子キンの味噌ナッツドレ サーモンフライ・バジルタルタル 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ ひじき煮 キャベツとオクラのすりおろし野菜サラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>19 ★ 綿日フェア</p>  <p>■ サクッと鶏竜田・甘辛焼き鳥たれ ■ 慶台の定番 ソース焼きそば〜豆腐揚げで〜 出汁入り2こ焼き 平太マッシュポテト 夏野菜とこんにゃくのきっぱり青じそサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>20</p>  <p>■ ビーフ入りハンバーグ・黒毛牛骨ジュレ お楽しみのお揚げ物 ヤングコーンとアフリカの生葉炒め 大根のコンソメ煮 マカロニサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>21 ★ Special</p>  <p>■ 賢沢唐揚げ〜4種海鮮お出汁〜 鶏とろもろこし天・カニカマ中華あん 肉さつま揚げの出汁揚げ しいたけの旨辛炒め 美味即大根ときゅうりのマリネサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>22</p>  <p>■ 海老カツ・チリソース 大葉入り鶏つみれ・梅だれ まのこのデミグラス煮込み はうれん草の絹揚げ和え 店をおすすめの一品</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>
<p>25 ▶▶ 肉 Week!</p>  <p>■ お肉屋さんのビーフ入りメンチ 豚肉と彩り野菜のうま塩春雨 ごぼうと大豆のろみ炒め おまかせの煎茶 ポテトサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>26</p>  <p>■ 豚肉の青線肉餅(チンジャオロース) 鶏竜田と野菜の柚子胡椒ドレ こと紅生葉の揚げ天 ひじきとコーンのパウー醤油炒め キャベツの5種果汁おろしサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>27</p>  <p>■ ハンバーグ〜こく深い味噌の甘辛つくね風〜 十割麦じゃがいも使用 牛肉入りコロッケ チンジャオロース中華あん 切干大根煮 広島菜とれんこんの赤しそサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>28</p>  <p>■ 香味野菜が決め手 ジューシー油淋鶏(ユードナー) ひき肉たっぷり和風麻婆茄子 わかめときのこのサクサク醤油炒め 里芋とかぼちゃの甘辛和え 水菜と人参のシーザーサラダ</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>	<p>29 ★ Premium 焼肉の日</p>  <p>■ 牛ハラミカツ・スタミナ焼肉ドレ ■ 合橋と彩り野菜の塩レモンピピンバ 海鮮チヂミ・ネギたっぷりソース ピリ辛チュレギサラダ 焼肉のび〜イチョいあんの水まんじゅう〜</p> <p>エネルギー 646kcal 脂質 26.0g 炭水化物 110.0g 食塩相当量 2.4g たんぱく質 24.0g 食物繊維 2.0g 糖質 48.0g 塩分 1.7g</p>

■マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用

Premium 季節にちなんだプレミアムなメニュー。
デザート付きます。

★ Special 魅力的なおかずを盛り込んだ

