

WEEKLY MENU

	4月29日 月		4月30日 火		5月1日 水		5月2日 木		5月3日 金		5月4日 土		5月5日 日	
朝食														
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
昼食														
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
夕食													カルビ焼肉	
													うすら串フライ	
													きんぴらごぼう	
													吸物・デザート	
	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g
												541	3.8	

100gあたり	ごはん		ジュース (3種類)		牛乳		パン					
エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g	エネルギー Kcal	塩分 g			
168		98		67	0.1	264~	1.3~					

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分
	1039	39.0	28.8	4.2	3.8																				

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。(選択食A)

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	5月6日 月	5月7日 火	5月8日 水	5月9日 木	5月10日 金	5月11日 土	5月12日 日
朝食	おまかせ	スクランブルエッグ オニオンリング	厚焼玉子 納豆	鮭フレーク ウインナー	肉団子 納豆	おまかせ	おまかせ
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ
	エネルギー Kcal 178 塩分 g 2.6	エネルギー Kcal 195 塩分 g 1.8	エネルギー Kcal 230 塩分 g 2.4	エネルギー Kcal 253 塩分 g 3.5	エネルギー Kcal 274 塩分 g 2.2	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1
昼食	焼鳥井 春野菜サラダ 味噌汁	鶏肉唐揚げ ひじき煮 味噌汁	ホキ天ぷら 豆腐サラダ 味噌汁	ドライカレー コーンコロッセ コンソメスープ	焼豚チャーハン 胡瓜ナムル 中華スープ	からあげ&ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁	焼きうどん 千草やき 味噌汁
	エネルギー Kcal 472 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 406 塩分 g 2.4	エネルギー Kcal 436 塩分 g 2.5	エネルギー Kcal 515 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 258 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 667 塩分 g 3.9	エネルギー Kcal 578 塩分 g 3.2
	とんかつ 小松菜おひたし 南瓜サラダ 味噌汁・デザート	ビビンバ井 中華ポテト 大根サラダ 味噌汁・デザート	煮込みハンバーグ 白菜コンソメ煮 ヘルシーサラダ 吸物・デザート	鶏唐揚げ葱ソース こんにゃく炒め ブロッコリーツナ和え 味噌汁・デザート	カレーライス おまかせトッピング サラダ デザート	カレイ揚げ煮 肉じゃが 酢の物 吸物・デザート	魚ホイル焼き 串カツ ブロッコリーお浸し 吸物・デザート
エネルギー Kcal 571 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 664 塩分 g 4.1	エネルギー Kcal 806 塩分 g 4.0	エネルギー Kcal 651 塩分 g 4.8	エネルギー Kcal 853 塩分 g 4.5	エネルギー Kcal 515 塩分 g 4.5	エネルギー Kcal 490 塩分 g 3.7	

100gあたり	ごはん	ジュース (3種類)	牛乳	パン
エネルギー Kcal 168 塩分 g	エネルギー Kcal 98 塩分 g	エネルギー Kcal 67 塩分 g 0.1	エネルギー Kcal 264~ 塩分 g 1.3~	

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分					
	2715	80.7	61.9	10.4	9.2	3041	87.1	70.0	10.4	10.4	2966	89.1	81.1	10.5	8.9	2913	86.0	76.6	10.0	11.6	2888	82.6	68.5	8.7	10.0	2816	68.2	63.2	9.0	10.5	2702	90.2	43.9	9.9	9.0

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。（選択食A）

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

uniserv 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	5月13日 月	5月14日 火	5月15日 水	5月16日 木	5月17日 金	5月18日 土	5月19日 日
朝食	おまかせ	畑のお肉	ベーコンエッグ	チキンナゲット	厚焼玉子	おまかせ	おまかせ
		スマイルポテト	スパナポリタン	納豆	れんこんきんぴら		
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ
	エネルギー Kcal 289 塩分 g 1.9	エネルギー Kcal 288 塩分 g 2.7	エネルギー Kcal 365 塩分 g 2.8	エネルギー Kcal 325 塩分 g 2.1	エネルギー Kcal 262 塩分 g 2.4	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1
昼食	ミートスパゲティー	中華飯	和風ハンバーグ	フィッシュバーガー	山かけうどん	あんかけ炒飯	カレーうどん
	ブロッコリーツナ和え	椎茸肉詰めフライ	茄子揚げ煮	ポテトサラダ	竹輪磯辺揚げ	おまかせフライ	おまかせ揚げ物
	ヤクルト	中華スープ	味噌汁	フルーツ寒天	法れん草ごま和え	中華スープ	和え物
	エネルギー Kcal 749 塩分 g 5.0	エネルギー Kcal 464 塩分 g 3.0	エネルギー Kcal 399 塩分 g 5.2	エネルギー Kcal 613 塩分 g 1.9	エネルギー Kcal 489 塩分 g 6.4	エネルギー Kcal 381 塩分 g 2.5	エネルギー Kcal 670 塩分 g 4.8
夕食	ソースカツ丼	鶏肉南蛮漬け	カレーライス	とんてき	メンチカツ	鶏肉カレー揚げ	かつとじ煮
	温泉玉子	里芋煮	エビかつフライ	冷奴	高野豆腐玉子とじ	野菜炒め	大根煮
	ごぼうサラダ	こんにゃく白あえ	サラダバー	白菜昆布和え	スパゲティーサラダ	お浸し	ごま和え
	味噌汁・デザート	吸物・デザート	デザート	吸物・デザート	吸物・デザート	味噌汁・デザート	味噌汁・デザート
	エネルギー Kcal 755 塩分 g 3.5	エネルギー Kcal 657 塩分 g 3.0	エネルギー Kcal 984 塩分 g 4.5	エネルギー Kcal 666 塩分 g 3.0	エネルギー Kcal 689 塩分 g 4.1	エネルギー Kcal 685 塩分 g 4.5	エネルギー Kcal 645 塩分 g 4.4

100gあたり	ごはん	ジュース (3種類)	牛乳	パン
エネルギー Kcal	168	98	67	264~
塩分 g			0.1	1.3~

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分					
	3272	91.3	75.6	11.9	10.9	2903	91.0	60.6	9.1	8.7	3242	86.7	101.6	10.5	12.5	3098	95.0	82.0	8.6	7.0	2934	74.8	51.3	14.6	12.9	2700	73.5	57.9	8.7	9.1	2949	65.3	49.3	9.3	11.3

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。（選択食A）

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

uniserv 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	5月20日 月	5月21日 火	5月22日 水	5月23日 木	5月24日 金	5月25日 土	5月26日 日
朝食	おまかせ	厚焼玉子 納豆	オムレツ ミニポテト	鮭フレーク きんぴら	ミートオムレツ 大根さっぱりサラダ	おまかせ	おまかせ
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ
	エネルギー Kcal 176 塩分 g 2.2	エネルギー Kcal 218 塩分 g 2.5	エネルギー Kcal 291 塩分 g 2.0	エネルギー Kcal 192 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 172 塩分 g 2.2	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1	エネルギー Kcal 140 塩分 g 2.1
昼食	チンジャオロース もやし中華和え 吸物	ひじきごはん ハンバーグ 切干大根サラダ	チキンソテーマトソース オクラおかか和え 味噌汁	スラッピージョー 南瓜サンドフライ コンソメスープ	台湾ラーメン 揚げギョーザ コンソメスープ	ホイコーロー丼 コロッケ 吸物	チキンカツ スパサラダ コンソメスープ
	エネルギー Kcal 428 塩分 g 4.0	エネルギー Kcal 553 塩分 g 4.2	エネルギー Kcal 547 塩分 g 2.9	エネルギー Kcal 742 塩分 g 4.7	エネルギー Kcal 694 塩分 g 7.1	エネルギー Kcal 533 塩分 g 3.3	エネルギー Kcal 469 塩分 g 2.2
	チキン南蛮タルタル じゃが煮 エンドウサラダ 味噌汁・デザート	ヒレカツ ブロッコリーミモザサラダ じゃこおろし 吸物・デザート	豚肉ピリ辛焼肉 山芋短冊揚げ 玉子豆腐 けんちん汁・デザート	穴子丼 青系昆布煮 野菜寄せ揚げ 吸物・デザート	カルビ焼肉 きんぴらごぼう ツナサラダ 味噌汁・デザート	フライ盛合せ 生野菜サラダ ごま和え 味噌汁・デザート	豚肉香味焼き 茄子みそかけ おひたし 吸物・デザート
エネルギー Kcal 749 塩分 g 2.8	エネルギー Kcal 595 塩分 g 2.3	エネルギー Kcal 813 塩分 g 2.0	エネルギー Kcal 556 塩分 g 5.0	エネルギー Kcal 634 塩分 g 4.1	エネルギー Kcal 492 塩分 g 3.1	エネルギー Kcal 655 塩分 g 3.4	

100gあたり	ごはん	ジュース (3種類)	牛乳	パン
エネルギー Kcal 168 塩分 g	エネルギー Kcal 98 塩分 g	エネルギー Kcal 67 塩分 g 0.1	エネルギー Kcal 264~ 塩分 g 1.3~	

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分					
	2847	91.0	66.7	9.4	9.0	2860	98.2	66.2	11.1	9.0	3145	89.8	97.9	12.0	6.9	2984	94.4	64.0	11.7	13.0	2994	96.5	62.3	10.0	13.4	2659	67.4	56.4	7.6	8.5	2758	68.2	60.3	7.2	7.7

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。（選択食A）

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life

 株式会社 魚国総本社

WEEKLY MENU

	5月27日 月	5月28日 火	5月29日 水	5月30日 木	5月31日 金	6月1日 土	6月2日 日
朝食	おまかせ	チキンナゲット	れんこんきんぴら	ゆでたまご	鮭塩焼き	おまかせ	おまかせ
		納豆	ミニポテト	ウインナー	昆布豆		
	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ	パン・ドリンク・サラダ・ふりかけ
	エネルギー Kcal 塩分 g 140 2.1	エネルギー Kcal 塩分 g 354 1.8	エネルギー Kcal 塩分 g 351 2.7	エネルギー Kcal 塩分 g 290 2.6	エネルギー Kcal 塩分 g 285 2.8	エネルギー Kcal 塩分 g 178 2.6	エネルギー Kcal 塩分 g 178 2.6
昼食	肉団子酢豚風	きつねうどん	ダッカルビ	白身魚フライごまみそ	麻婆飯	魚揚げおろし添え	カレーピラフ
	大根梅和え	かき揚げ	ナムル	ビーフン和え物	中華スープ	大根サラダ	ビーンズサラダ
	中華スープ	若布ごはん	味噌汁	吸物	デザート	味噌汁ト	コンソメスープ
	エネルギー Kcal 塩分 g 508 5.9	エネルギー Kcal 塩分 g 502 6.3	エネルギー Kcal 塩分 g 508 3.7	エネルギー Kcal 塩分 g 451 3.0	エネルギー Kcal 塩分 g 499 5.9	エネルギー Kcal 塩分 g 333 3.0	エネルギー Kcal 塩分 g 437 2.7
夕食	鶏肉照焼き	冷しゃぶサラダ	カレーライス	親子丼	鶏肉ゆかり揚げ	ヒレカツ	チキンソテー
	白身魚南蛮漬け	さば味噌煮	トッピング	ひじき煮	蓮根土佐煮	南瓜煮	茄子おかか和え
	きんぴらごぼう	茄子揚げ煮	サラダバー	胡瓜酢の物	中華和え	お浸し	お浸し
	味噌汁・デザート	吸物・デザート	デザート	ミニ伊瀬うどん・デザート	味噌汁・デザート	吸物・デザート	味噌汁・デザート
	エネルギー Kcal 塩分 g 661 3.8	エネルギー Kcal 塩分 g 640 3.5	エネルギー Kcal 塩分 g 850 5.4	エネルギー Kcal 塩分 g 644 3.2	エネルギー Kcal 塩分 g 639 3.2	エネルギー Kcal 塩分 g 643 2.8	エネルギー Kcal 塩分 g 601 4.8

100gあたり	ごはん	ジュース(3種類)	牛乳	パン
エネルギー Kcal 塩分 g	168	98	67 0.1	264~ 1.3~

1日合計栄養価	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	鉄	塩分					
	2803	85.3	56.0	9.4	11.8	2990	93.0	69.2	9.7	11.6	3203	107.7	84.7	11.2	11.8	2879	94.3	60.9	11.6	8.8	2917	93.2	60.8	10.4	11.9	2648	95.3	44.5	10.2	8.4	2710	85.1	59.4	9.8	10.1

※各食エネルギー：主食を含みません。

※合計栄養価：ごはん量322g、朝食他フリードリンクやバイキングを含みません。（選択食A）

※材料の都合により変更になる場合がございます。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。

Design food for your life



株式会社 魚国総本社