

# 2026年1月メニュー予定

1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日
月	火	水	木	金
				
ロースカツ	点心 (とろ角豚の香辣割包・ぶりぶりエビマヨ割包)	チキン南蛮	肉団子	ヘルシー豚玄米揚げ
エネルギー 439kcal たんぱく質 18.2g 脂質 20.3g 炭水化物 35.9g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 719kcal たんぱく質 36.6g 脂質 30.0g 炭水化物 68.7g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 473kcal たんぱく質 28.6g 脂質 32.4g 炭水化物 13.1g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 283kcal たんぱく質 12.4g 脂質 9.4g 炭水化物 38.0g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 356kcal たんぱく質 13.7g 脂質 22.5g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.6g
				
ねぎとろ丼・温玉しょうゆ漬け	鰯オープンパン粉焼き	黒マー油豚骨ラーメン	黒マー油豚骨ラーメン	黒マー油豚骨ラーメン
エネルギー 414kcal たんぱく質 25.2g 脂質 28.3g 炭水化物 13.7g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 131kcal たんぱく質 10.3g 脂質 5.0g 炭水化物 9.1g 食塩相当量 0.6g	エネルギー 863kcal たんぱく質 26.3g 脂質 23.2g 炭水化物 137.6g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 863kcal たんぱく質 26.3g 脂質 23.2g 炭水化物 137.6g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 863kcal たんぱく質 26.3g 脂質 23.2g 炭水化物 137.6g 食塩相当量 6.8g
				
		海老塩ラーメン	海老塩ラーメン	海老塩ラーメン
		エネルギー 755kcal たんぱく質 26.5g 脂質 11.0g 炭水化物 137.2g 食塩相当量 7.0g	エネルギー 755kcal たんぱく質 26.5g 脂質 11.0g 炭水化物 137.2g 食塩相当量 7.0g	エネルギー 755kcal たんぱく質 26.5g 脂質 11.0g 炭水化物 137.2g 食塩相当量 7.0g
				
		味噌煮込みうどん	味噌煮込みうどん	味噌煮込みうどん
		エネルギー 530kcal たんぱく質 23.4g 脂質 12.1g 炭水化物 81.8g 食塩相当量 4.3g	エネルギー 530kcal たんぱく質 23.4g 脂質 12.1g 炭水化物 81.8g 食塩相当量 4.3g	エネルギー 530kcal たんぱく質 23.4g 脂質 12.1g 炭水化物 81.8g 食塩相当量 4.3g
1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日
月	火	水	木	金
				
メンチカツ&カニクリームコロッケ	とんてき	チキンマト煮込みオープン焼き	鶏胸肉の香味焼き	温玉のせつくね丼
エネルギー 250kcal たんぱく質 5.9g 脂質 15.8g 炭水化物 21.4g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 441kcal たんぱく質 22.9g 脂質 24.2g 炭水化物 29.0g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 495kcal たんぱく質 26.8g 脂質 26.3g 炭水化物 30.2g 食塩相当量 1.8g	エネルギー 393kcal たんぱく質 22.0g 脂質 19.4g 炭水化物 22.8g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 688kcal たんぱく質 25.7g 脂質 20.0g 炭水化物 93.6g 食塩相当量 3.1g
				
あじたたき丼	名古屋名物！みそかつ	コク旨！ブラックカレー	魚介のミックスフライ	黒マー油豚骨ラーメン
エネルギー 515kcal たんぱく質 19.4g 脂質 3.3g 炭水化物 97.4g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 336kcal たんぱく質 18.2g 脂質 9.8g 炭水化物 42.6g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 448kcal たんぱく質 7.0g 脂質 8.5g 炭水化物 82.3g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 356kcal たんぱく質 13.7g 脂質 22.5g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 863kcal たんぱく質 26.3g 脂質 23.2g 炭水化物 137.6g 食塩相当量 6.8g
				
				海老塩ラーメン
				エネルギー 755kcal たんぱく質 26.5g 脂質 11.0g 炭水化物 137.2g 食塩相当量 7.0g
				
				味噌煮込みうどん
				エネルギー 530kcal たんぱく質 23.4g 脂質 12.1g 炭水化物 81.8g 食塩相当量 4.3g

※メニュー内容・栄養成分表示は仕入れ状況により変更する場合がございます。