

●●●今週のMENU●●●



令和8年7月
松濤学舎 様

		朝食	カロリー	夕食	カロリー
6	月	ロールキャベツ ごはん 副菜 汁物	648	牛スタミナ焼き ごはん 小鉢2品 スープ	800
7	火	ウィンナーとツナ玉そばろ ごはん 副菜 汁物	535	鶏の唐揚げ ごはん 小鉢2品 みそ汁	857
8	水	肉じゃが ごはん 副菜 汁物	665	ビビンバ 小鉢2品 スープ	764
9	木	大根と挽肉の旨煮 ごはん 副菜 汁物	545	煮込みハンバーグ ごはん 小鉢2品 スープ	815
10	金	きのこの卵とし ごはん 副菜 汁物	602	焼き餃子 チャーハン 小鉢1品 スープ	783
11	土	ハムエッグ ごはん 副菜 汁物	629	ビーフカレー ごはん サラダ デザート	933

- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス



●●●今週のMENU●●●



令和8年7月
松濤学舎 様

		朝食	カロリー	夕食	カロリー
13	月	ハムソテー ごはん 副菜 汁物	625	中華丼 小鉢2品 スープ	812
14	火	スペイン風オムレツ ごはん 副菜 汁物	683	蒸し鶏のネギ塩だれ ごはん 小鉢2品 みそ汁	699
15	水	豚バラ白菜 ごはん 副菜 汁物	602	タラの揚げ煮 ごはん 小鉢2品 お吸い物	601
16	木	豚肉と長ねぎの塩炒め ごはん 副菜 汁物	695	とんかつ ごはん 小鉢2品 スープ	908
17	金	豆腐ハンバーグ・野菜あんかけ ごはん 副菜 汁物	577	チンジャオロース ごはん 小鉢2品 みそ汁	759
18	土	豚肉の卵とじ ごはん 副菜 汁物	652	冷やしうどん ごはん 小鉢1品 デザート	606

- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



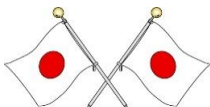
フードスタッフサービス



●●●今週のMENU●●●



令和8年7月
松濤学舎 様

		朝食	カロリー	夕食	カロリー
20	月	 海の日			
21	火	肉豆腐 ごはん 副菜 汁物	689	竜田揚げ ごはん 小鉢2品 お吸い物	700
22	水	ミートボールのトマト煮 ごはん 副菜 汁物	683	豚焼き肉 ごはん 小鉢2品 スープ	994
23	木	鶏むね肉のピカタ ごはん 副菜 汁物	603	油淋鶏 ごはん 小鉢2品 みそ汁	900
24	金	里芋と豚肉の土佐煮 ごはん 副菜 汁物	601	夏の スタミナメニュー! うなぎの蒲焼  ごはん 小鉢2品 スープ	653
25	土	ふんわり天とほうれん草の胡麻和え ごはん 副菜 汁物	656	ポークカレー ごはん サラダ デザート	950

- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス



●●●今週のMENU●●●

令和8年7・8月

松濤学舎 様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
27	月	竹輪の磯辺揚げ・厚焼き玉子 ごはん 副菜 汁物	624	鮭の塩焼き ごはん 小鉢2品 みそ汁	682
28	火	蒸し焼売と温野菜 ごはん 副菜 汁物	611	チキンの照り焼き・タルタルソース ごはん 小鉢2品 お吸い物	877
29	水	白身魚の竜田揚げ ごはん 副菜 汁物	586	豚肉と野菜の中華炒め ごはん 小鉢2品 みそ汁	849
30	木	筑前煮 ごはん 副菜 汁物	570	和風ハンバーグ ごはん 小鉢2品 みそ汁	749
31	金	プレーンオムレツ ごはん 副菜 汁物	663	焼き餃子 チャーハン 小鉢1品 スープ	783
8/ 1	土	ほうれん草とウィンナー炒め ごはん 副菜 汁物	544	冷し中華 ごはん 小鉢1品 デザート	670

- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス

