

●●●今週のMENU●●●


令和8年6月
松濤学舎様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
1	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
2	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
3	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
4	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
5	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
6	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

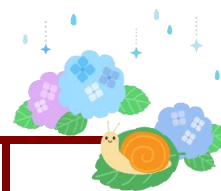
- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス 

今週のMENU

令和8年6月
松濤学舎 様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
8	月	プレーンオムレツ ごはん 副菜 汁物	663	チキンソテー ごはん 小鉢2品 スープ	698
9	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
10	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
11	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
12	金	里芋と豚肉の土佐煮 ごはん 副菜 汁物	601	木須肉 (ムースーロー) ごはん 小鉢2品 スープ	728
13	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

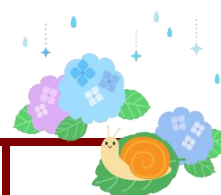
- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス 

今週のMENU


令和8年6月
松濤学舎様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
15	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
16	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
17	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
18	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
19	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
20	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

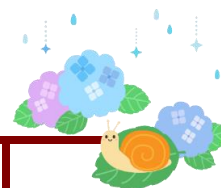
- 上記カロリーは小鉢（及び牛乳）以外を計算した数値になっております。
- 食材の仕入れの都合によりメニューを急遽変更させていただく場合がございます。予めご了承くださいませようお願いいたします。



フードスタッフサービス 

●●●今週のMENU●●●

令和8年6月
松濤学舎様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
22	月	豚肉と茄子のさっぱり炒め ごはん 副菜 汁物	613	親子丼 小鉢2品 みそ汁	711
23	火	肉団子と温野菜 ごはん 副菜 汁物	583	豚肉の生姜焼き ごはん 小鉢2品 スープ	822
24	水	水餃子 ごはん 副菜 汁物	615	八宝菜 ごはん 小鉢2品 みそ汁	812
25	木	バンバンジー ごはん 副菜 汁物	562	ミックスフライ ごはん 小鉢2品 みそ汁	812
26	金	ハムソテー ごはん 副菜 汁物	625	麻婆豆腐 ごはん 小鉢2品 スープ	884
27	土	スクランブルエッグ ごはん 副菜 汁物	680	チキンカレー ごはん サラダ デザート	844

- 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。



今週のMENU

令和8年6・7月

松濤学舎様



		朝食	カロリー	夕食	カロリー
29	月	かぼちゃと挽肉の旨煮 ごはん 副菜 汁物	544	白身魚フライ ごはん 小鉢2品 みそ汁	707
30	火	ベーコンエッグ ごはん 副菜 汁物	663	豚焼き肉 ごはん 小鉢2品 スープ	994
7/1	水	ポークチャップ ごはん 副菜 汁物	662	チキンソテー ごはん 小鉢2品 みそ汁	698
2	木	鶏むね肉のピカタ ごはん 副菜 汁物	603	肉団子の甘酢あん ごはん 小鉢2品 スープ	842
3	金	揚げ焼売のみぞれかけ ごはん 副菜 汁物	666	チキンのトマト煮 ごはん 小鉢2品 みそ汁	755
4	土	小松菜と玉ねぎの肉炒め ごはん 副菜 汁物	565	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

