



7月 **七夕!!** 星コロッケ チキンカツ 筑前煮  
E787Kcal P18.4g N2.6g



14月 鶏肉のトマトソース 豚生姜焼き  
E784Kcal P25.9g N2.6g



21月 **海の日**



28月 **四季亭一押し!!** チキン南蛮 タルタルソース  
E780Kcal P23.4g N2.9g



1火 アジフライ メンチカツ  
E706Kcal P20.6g N2.5g



8火 **二色!!** 鶏唐揚げ 焼売 チンジャオロース  
E714Kcal P23.6g N1.5g



15火 チキン南蛮 タルタルソース カレー  
E854Kcal P29.2g N2.8g



22火 エビフライ 春巻き カットコーン  
E652Kcal P14.9g N2.1g



29火 豚肉の南蛮ソース 餃子 チキンナゲット  
E778Kcal P20.4g N3.0g



2水 ハンバーグの塩レモンソース  
E789Kcal P26.8g N3.0g



9水 ハンバーグのデミグラスソース  
E776Kcal P25.6g N3.0g



16水 豚ロース天 ウィンナー天  
E671Kcal P18.1g N2.3g



23水 スタミナ丼風 ウィンナー天  
E790Kcal P27.9g N3.1g



30水 **肉厚!!** メンチカツ カットコーン  
E861Kcal P21.5g N3.0g



3木 **人気メニュー!!** 厚切豚カツ タコ焼  
E766Kcal P19.0g N2.4g



10木 鶏肉七味焼き 豚肉カレー炒め  
E761Kcal P29.7g N2.4g



17木 ドライカレー エビカツ 牛蒡しぐれ煮  
E790Kcal P22.7g N3.1g



24木 ヤンニョムチキン デミグラスコロッケ  
E854Kcal P24.1g N3.5g



31木 カレイ天 かき揚げ チヂミ  
E867Kcal P28.5g N2.9g



4金 カレイのネギソース 豚キムチ炒め  
E800Kcal P29.2g N2.3g



11金 厚切ハムカツ 磯辺ササミフライ  
E900Kcal P24.5g N2.9g



18金 ささみ紫蘇巻きフライ 野菜コロッケ  
E989Kcal P32.6g N2.1g



25金 **サッパリ!!** 豆腐ハンバーグのネギソース  
E712Kcal P22.6g N2.6g



**お知らせ**

★の日はおすすめDay

エネルギー 790Kcal  
蛋白質 24.1g  
塩分 2.7g

担当栄養士 齋田るく



<b>2月</b> ヤニヨムチキン エビカツ E839Kcal P25.8g N2.9g 	<b>3火</b> <b>BIG!!</b> 竹輪天 かき揚げ 焼売 E667Kcal P15.9g N2.4g 	<b>4水</b> ヒレカツ 鶏唐揚げ 豚の生姜焼き E647Kcal P23.7g N2.0g 	<b>5木</b> ドライカレー ハッシュドポテト E677Kcal P23.1g N2.0g 	<b>6金</b> 焼鯖 味噌ダレ 豚たく炒め E675Kcal P24.6g N2.0g 
<b>9月</b> 豚肉甜面醬炒め 花かまぼこ E775Kcal P25.8g N3.3g 	<b>10火</b> カレイのトマトソース メンチカツ E876Kcal P28.7g N3.0g 	<b>11水</b> <b>四季亭一押し!!</b> チキン南蛮 タルトタルソース E872Kcal P28.6g N3.0g 	<b>12木</b> 超厚切ハムカツ 酢豚 青菜ソテー E821Kcal P22.7g N2.9g 	<b>13金</b> ハンバーグのシャリアピンソース E811Kcal P23.4g N2.8g 
<b>16月</b> <b>大人気!!</b> 厚切豚カツ 揚げ餃子 肉豆腐 E769Kcal P21.1g N3.0g 	<b>17火</b> スタミナ丼風 がんも煮 根菜煮 E711Kcal P23.3g N3.1g 	<b>18水</b> ハンバーグのデミグラスソース E735Kcal P25.1g N3.0g 	<b>19木</b> 鶏唐揚げ 焼売 肉じゃが E859Kcal P29.6g N2.3g 	<b>20金</b> 鶏肉とメバルのシャリアピンソース E711Kcal P29.4g N3.1g 
<b>23月</b> タラカツ ハンバーグのラタトゥイユソース E827Kcal P24.8g N3.1g 	<b>24火</b> 豚肉の南蛮ソース ツナじゃが E669Kcal P15.4g N2.6g 	<b>25水</b> <b>ピリ辛!!</b> 豚キムチ炒め 豚カツ カレー E777Kcal P24.9g N3.2g 	<b>26木</b> 竹輪かき揚げ イカ天 揚げ焼売 E654Kcal P12.9g N2.9g 	<b>27金</b> ビーフインコロッケ ガバオライス風 E708Kcal P20.3g N3.0g 

**30月**  
 鶏肉味噌焼き 豚肉オイスター炒め  
 E693Kcal P25.8g N2.1g  


**お知らせ**  
 ★の日はおすすめDay  
 エネルギー 751Kcal  
 蛋白質 23.6g  
 塩分 2.7g  
 担当栄養士 齋田るく



**2025年 ゆき 6月 四季亭**

