

山口県スポーツ交流村 メニュー表 ※料金は交流村HPをご覧ください

選択番号	①	②	③	④	⑤	⑥
朝食	<p>ご飯 味付けのり 魚の塩焼き 厚焼き玉子・生野菜 小鉢・汁物・果物</p>  <p>エネルギー 663kcal カルシウム 114mg 塩分 3.5g</p>	<p>ご飯 味付けのり オムレツ・納豆 生野菜 小鉢・汁物・果物</p>  <p>エネルギー 680kcal カルシウム 111mg 塩分 2.7g</p>	<p>ご飯 ふりかけ オムレツ・ウインナー 生野菜 小鉢・汁物・果物</p>  <p>エネルギー 749kcal カルシウム 149mg 塩分 3.5g</p>	<p>ロールパン マーガリン・ジャム ゆで卵・ウインナー 生野菜 ポタージュスープ ヨーグルト</p>  <p>エネルギー 670kcal カルシウム 235mg 塩分 3.4g</p>	<p>食パン マーガリン・ジャム ゆで卵・ハム 生野菜 チーズ・牛乳</p>  <p>エネルギー 607kcal カルシウム 501mg 塩分 3.0g</p>	
昼食	<p>肉うどん 混ぜご飯 漬物 デザート</p>  <p>エネルギー 802kcal カルシウム 48mg 塩分 2.8g</p>	<p>牛丼 漬物 汁物 デザート</p>  <p>エネルギー 1066kcal カルシウム 66mg 塩分 3.1g</p>	<p>カレーライス サラダ デザート</p>  <p>エネルギー 835kcal カルシウム 70mg 塩分 4.1g</p>	<p>中華丼 漬物 スープ デザート</p>  <p>エネルギー 823kcal カルシウム 66mg 塩分 2.8g</p>	<p>ご飯 ラーメン・ギョーザ 生野菜 デザート</p>  <p>エネルギー 965kcal カルシウム 64mg 塩分 3.3g</p>	
夕食	<p>ご飯 豚の焼き肉風 春巻き 生野菜・付け合せ 汁物</p>  <p>エネルギー 1065kcal カルシウム 80mg 塩分 2.6g</p>	<p>ご飯 ハンバーグ フライドポテト 生野菜・サラダ 汁物・デザート</p>  <p>エネルギー 1038kcal カルシウム 92mg 塩分 3.5g</p>	<p>ご飯 白身魚の南蛮漬 鶏とキュウリのナムル 生野菜・サラダ 汁物・デザート</p>  <p>エネルギー 854kcal カルシウム 82mg 塩分 4.4g</p>	<p>ご飯 とんかつ ギョーザ 生野菜・サラダ 汁物・果物</p>  <p>エネルギー 1100kcal カルシウム 97mg 塩分 3.2g</p>	<p>ご飯 チキン南蛮 生野菜・サラダ 汁物 デザート</p>  <p>エネルギー 1135kcal カルシウム 73mg 塩分 3.1g</p>	<p>ご飯 メンチカツ 生野菜・サラダ 汁物 デザート</p>  <p>エネルギー 992kcal カルシウム 87mg 塩分 3.6g</p>