

クオリティ・オブ・ライフ支援教室

昼食メニュー

2026年1月

日付	曜日			1/1	木曜日	1/2	金曜日	1/3	土曜日		
メニュー				ねんしやすみ		ねんしやすみ		ねんしやすみ			
エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/食塩相当量											
1/4	月曜日	1/5	火曜日	1/6	水曜日	1/7	木曜日	1/8	金曜日	1/9	土曜日
さかなのしおやき ほうれんそうのごまあえ みそしる		ぶたにくのオイスターソースいため きゅうりのちゅうかサラダ やさいスープ		ユーリンチー ブロッコリーサラダ コンソメスープ		さかなのバジルやき ジャーマンポテト トマトスープ		ホイコーロー はるさめサラダ ちゅうかスープ		ハヤシライス スクランブルエッグ	
578/28.4/12.9/89.5/3.9		606/31.1/21.4/78.2/1.4		863/31.5/40.1/98.4/3.3		617/25.5/19.1/91.7/3.4		668/26.8/22.1/94.6/4.4		701/25.7/28.7/91.4/2.9	
1/12	月曜日	1/13	火曜日	1/14	水曜日	1/15	木曜日	1/16	金曜日	1/17	土曜日
せいじんのひ		とんかつ つけもの みそしる		にざかな ほうれんそうのごまあえ みそしる		マーボーナス はるまき たまごスープ		とりにくのしおこうじやき さつまいものあまに とんじる		たらこスパゲティ あげぱん やさいコンソメスープ	
		638/26.9/21.9/90.8/1.5		602/31.4/15.6/88.6/4.2		687/23.1/22.2/104.2/3.5		666/29.5/19.7/97.3/3.1		611/23.5/20.2/93.8/4.5	
1/19	月曜日	1/20	火曜日	1/21	水曜日	1/22	木曜日	1/23	金曜日	1/24	土曜日
さかなのからしマヨネーズやき ごぼうサラダ みそしる		ぶたキムチ しゅうまい ねぎしおスープ		タンドリーチキン ジャーマンポテト ミネストローネ		さかなのなんばんづけ れんこんきんぴら みそしる		もつにこみ からあげ みそしる		ビビンバどん ゆでたまご わかめスープ	
592/27.7/16.4/90.6/3.4		605/23.3/20.9/85.0/3.5		635/24.2/23.5/87.2/2.9		600/21.8/18.2/92.8/4.3		619/22.9/22.8/84.5/5.0		602/25.9/20.4/84.2/2.9	
1/26	月曜日	1/27	火曜日	1/28	水曜日	1/29	木曜日	1/30	金曜日	1/31	土曜日
とりにくのトマトソース ペンネ ブロッコリースープ		さかなのさいきょうやき にんじんしりしり すましじる		ハンバーグ/チーズソース ハッシュドポテト オニオンスープ		とりにくのたつたあげ かぼちゃのもの けんちんじる		エビチリ ポテトサラダ キャベツスープ		やきそば たこやき	
676/26.0/23.0/99.7/2.2		611/30.5/16.7/90.8/4.3		695/23.3/26.1/98.9/3.1		648/24.2/22.3/92.7/2.8		682/30.9/20.0/97.9/3.4		709/24.8/23.0/110.1/4.8	

- 昼食はクオリティ・オブ・ライフ就労支援センターにて製造いたします。
- 昼食の内容は仕入れ状況等により変更になる場合がございますので、ご了承ください。
- 背景の色がついているものは主食が米ではなく、ピンクー麺類・黄色ーパン類となっております。
- 昼食代  
児童発達支援利用者様→**1食400円**      放課後デイサービス利用者様→**1食450円**  
※量に違いがあるため値段が異なります。
- 注意事項  
体調不良等によりやむを得ず欠席する場合、昼食のキャンセルは**当日午前9時まで**に各支援教室のスタッフまでご連絡ください。**当日午前9時を過ぎてのご連絡やご連絡がなかった場合には昼食代が発生いたしますのでご了承ください。**また追加注文につきましては**前日午後5時**まで承っております。
- アレルギーについて  
こちらで把握しているお子様のアレルギー情報をもとに、アレルギーに配慮したメニューに変えさせていただく場合があります。なお昼食メニュー表にて気になるメニューや注意が必要な食材等があれば、各支援教室のスタッフまでお申し付けください。
- その他、ご不明な点やご相談等ありましたら、各教室のスタッフか、TEL：029-297-3883まで、お気軽にご連絡ください。