

学生会館 D-PLACE 下高井戸【食事付き】

■〒168-0073 東京都杉並区下高井戸1-36-12 ■R6年2月完成 ■全112室 ■鉄筋コンクリート造9階

急行停車駅「桜上水」駅徒歩8分の食事付き学生会館☆

オートロック・暗証番号式キー・防犯システム「ユニセーフ24」でセキュリティ充実！

日本大（文理）徒歩16分・明治大（和泉）自転車10分で通学便利！

朝夕
2食付

ユニセーフ24

家 賃

7.35 万円 ~ 8.7 万円

- 食 費 … 29,700円／月（税込）※欠食返金あり
- 管 理 費 … 19.8万円／年（月払可：1.7万円／月）
※共用部水道光熱費含む
- 入 館 金 … 1年：10万円 2年：18万円
- 敷 金 … 5万円（初回のみ）
- ・ 契約年数／1～2年（定期建物賃貸借契約・再契約可）
- ・ 学生限定／入居定員：1名
- ・ 総合補償加入要：21,120円／1年（税込）
- ・ 保証会社加入要：月額賃料等の50%（更新時：1万円／1年）
- ・ 基本清掃料：44,000円（税込）※退去時敷金より精算

ACCESS

- 京王線「上北沢」駅
- 京王線「桜上水」駅
- 京王井の頭線「西永福」駅

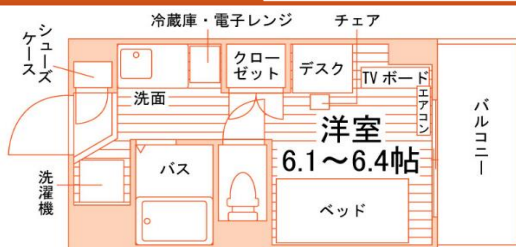
徒歩7分
徒歩8分
徒歩20分

POINT!

- 全室家具家電付き
- 有人管理
- フリーシンク（洗面・卓上IHコンロ付）

代表的な間取

お部屋の形の一例



1Rタイプ（16.2～17.9㎡）

共用設備	オートロック	防犯カメラ (ユニセーフ24)	宅配BOX	専用設備	セパレート	暗証番号式 キー	モニター付 インターフォン	フリーシンク (洗面・卓上IHコンロ付)	浴室乾燥機
	エレベーター	BS・CSアンテナ	食堂		温水洗浄便座	家具家電付 デザインルーム	室内物干	居室照明	センサー感知 ライト
	駐輪場				光ネット (Wi-Fi対応)	収納	シューズケース	エアコン	バルコニー

特記事項

- 電気・水道・ガス（都市）：個人契約 ■再契約事務手数料：19,800円（税込） ■電子錠初期設定費：19,800円（税込）
- 除菌施工費：18,700円（税込） ■投てき用消火用具：6,600円（税込） ■総合補償OVOプラス：9,900円／年（税込）
- インターネット：UniLife-net光（UCOM・Wi-Fi機能付）月額3,300円（税込）／加入金13,200円（税込）が必要です。※申込不要・即日利用可
- 駐輪場：自転車1人1台まで月額利用料無料／駐輪登録料5,500円（税込）
- 食堂（朝夕2食付：必須契約）：平日 朝7:00～9:30（LO9:00）夕18:30～22:00（LO21:30）／土日祝 提供なし（欠食返金あり）
- 有人管理（月～土曜日 8:00～14:00） ■全館禁煙（禁煙特約あり）

学校までのアクセス

- 日本大（文理）：徒歩16分
- 明治大（和泉）：自転車10分（約2.3km）
- 明治大（駿河台）／専修大（神田）／日本大（三崎町）：
桜上水 →（京王新線～都営新宿線直通29分）→ 神保町
- 東京農業大（世田谷）：自転車15分（約3.6km）：電車：21分
桜上水 →（京王線急行3分）→ 明大前（4分）→
（京王井の頭線4分）→ 下北沢（7分）→（小田急急行3分）→ 経堂
- 国士舘大（世田谷）：自転車18分（約4.2km）
- 白百合女子大／桐朋学園大・芸術短大：
桜上水 →（京王区間線急行5分）→ 仙川
- 日本女子体育大：桜上水 →（京王線急行2分）→ 千歳烏山
- 東京大（駒場）：15分
桜上水 →（京王線急行3分）→ 明大前（4分）→
（京王井の頭線8分）→ 駒場東大前
- 青山学院大（青山）／実践女子大（渋谷）／國學院大（渋谷）：19分
桜上水 →（京王線急行4分）→ 明大前（3分）→
（京王井の頭線12分）→ 渋谷
- 上智大（四谷）：23分
桜上水 →（京王線13分）→ 新宿（6分）→（JR中央線4分）→ 四ツ谷
- 法政大（市ヶ谷）／大妻女子大（千代田）：
桜上水 →（京王線快速・都営新宿線直通24分）→ 市ヶ谷
- 工学院大（新宿）／文化学園大／新宿周辺専門学校：
桜上水 →（京王線14分）→ 新宿

※徒歩80m／分・自転車240m／分で算出した概算時間。電車・バスは目的地最寄り駅（停）までの乗車時間の目安。（通勤時間帯・乗換え・待ち時間含む）

朝・夕 2 食の食事付き

初めてのひとり暮らしでも安心の食事付き！

予定がある日の欠食返金も可能です！※事前申請要

スタッフの
オススメ
POINT

<選ばれているPoint>

- ①管理栄養士監修メニュー
- ②和食も洋食もバランスよく
- ③ごはん・味噌汁のおかわり自由

UniLifeの食事提供サービス

毎日の栄養管理はお任せください！

UniTime Kitchen
by UniLife

管理栄養士が考えるおすすめメニュー！
和食も洋食もバランス良く！

しっかり朝夕
2食付き！



※写真はイメージです。

家賃表

<全室家具家電付きデザインルーム> カジュアルプラン

※部屋タイプ・平面図については別途

部屋番号
家賃
間取り(帖数)
m ² 数
部屋タイプ

9F	901	902	903	904	905	906	907	908	909	910	911	912	913	914
	86,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	87,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
	801	802	803	804	805	806	807	808	809	810	811	812	813	814
	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	86,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
8F	701	702	703	704	705	706	707	708	709	710	711	712	713	714
	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
	601	602	603	604	605	606	607	608	609	610	611	612	613	614
	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	85,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	86,500円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
6F 女子専用	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510	511	512	513	514
	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	83,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	84,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414
	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	82,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	83,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
4F	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314
	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	80,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	80,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	80,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	81,000円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	82,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214
	80,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	73,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ B	78,500円 1R(6.1帖) 16.2㎡ A	80,000円 1R(6.4帖) 17.9㎡ C
2F														
1F	管理人室	エントランス	ゴミ置場	食堂 UniTime Kitchen by UniLife				厨房		駐輪場				
	窓向き 全室 東向き													

お問い合わせ先

UniLife新宿店(本店)
株式会社ジェイ・エス・ビー・ネットワーク

JR・小田急線・京王線・地下鉄各線「新宿」駅西口より徒歩3分

通話料 0120-964-142

tel:03-3344-3222 fax:03-3344-3666 mail:shinjuku@unilife.co.jp



ユニライフ 検索
https://unilife.co.jp/

免許番号:国土交通大臣(第5716号)仲介
加盟団体:
(公社)全日本不動産協会(公社)不動産保証協会
(公社)首都圏不動産公正取引協議会

〒163-1516 東京都新宿区西新宿1-6-1 新宿エルタワー16F

【営業日・時間】
詳細な営業日・時間については、HP等でご確認ください。

(株)ジェイ・エス・ビー・ネットワークは東証プライム上場の(株)ジェイ・エス・ビーのグループ会社です。

情報更新日:2025年9月4日 有効期限:2026年3月31日 B23050

本資料と現況が異なる場合は、現況を優先します。税込価格は、情報更新時の税率にて計算しています。

裏面に周辺地図・写真あります！

学生会館 D-PLACE 下高井戸 周辺マップ



物件の位置情報はこちらをチェック👀👀

※Googleマップ™へリンク

マップ



マンション



病院・
医院



スーパー



コンビニ



薬局・
ドラッグストア



郵便局



飲食店



クリーニング店



銀行・
信用金庫



交番・
警察署



桜上水商店街



桜上水駅すぐにある
桜上水商店街には
飲食店・クリーニング店・ATM
薬局・スーパー・コンビニなど
生活にかかせないお店が
揃っています！

日本大学(文理)
徒歩16分

f-map.jp [許諾番号 PL1504]

© GeoTechnologies, Inc.

周辺環境

- ファミリーマート: 徒歩2分
- 杉並下高井戸郵便局: 4分
- キッチンコート(スーパー): 8分
- サミット(スーパー): 6分
- ココカラファイン(ドラッグストア): 6分
- クリーニングかんだ: 6分
- 上北沢クリニック(内科): 4分
- セブンイレブン: 5分

学生会館 D-PLACE 下高井戸 写真



QRコードをスマホで読み取ると360° パノラマ写真をご覧いただけます。
 ≪VR対応≫ VRゴーグルやVRグラスで見ると『内見体験』ができます♪

共用設備



エントランス①



エントランス②



共用廊下



食堂



防犯カメラ



オートロック



エレベーター

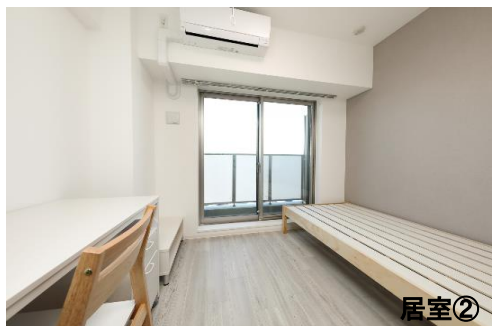


宅配BOX

室内設備



居室①



居室②



収納



玄関



冷蔵庫&電子レンジ



浴室乾燥機



インターフォン



フリージング



浴室



温水洗浄便座①



温水洗浄便座②



バルコニー



廊下

周辺施設



キッチンコート(スーパー)



郵便局



ドラッグストア

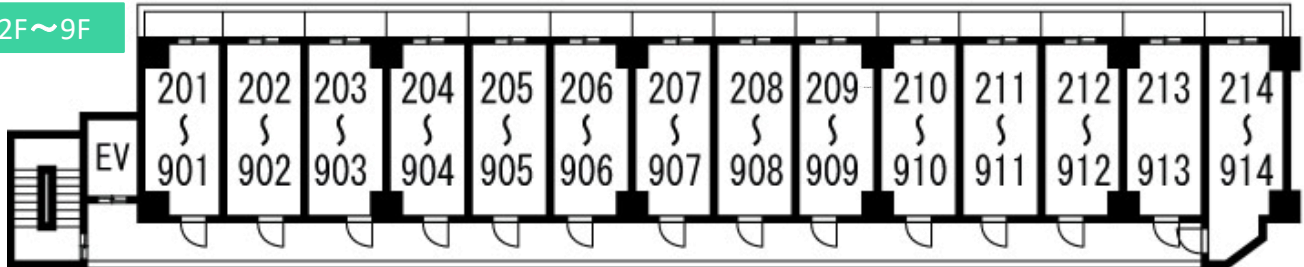
学生会館 D-PLACE 下高井戸

平面図

1F



2F~9F



部屋タイプ



Aタイプ 1R (16.2㎡)



Bタイプ 1R (16.2㎡)



Cタイプ 1R (17.9㎡)



マンション紹介動画公開中!! ↑

QRコードをスマホで読み取ると物件紹介動画をご覧いただけます。
 《UniLife公式動画チャンネル (YouTube) で公開中》

※間取図は一例です。間取図は部屋の形状を示したもので実際の縮尺とは異なります。
 家具家電の配置は実際とは異なる場合がございます。現況が異なる場合は、現況を優先します。

カジュアルプラン

家具
5点

家電
5点

- ・ベッド
- ・デスク & ワゴン
- ・チェア
- ・TVボード

- ・洗濯機
- ・冷蔵庫
- ・電子レンジ
- ・照明器具
- ・卓上IHコンロ

※写真はイメージです。実際のお部屋とは異なります。

従来の部屋 VS 家具家電付きデザインルーム

費用・手間を徹底比較!

大幅に費用・手間を削減! /

	従来	デザインルーム
引越費用	約100,000円~ ^{※1}	衣類等の 宅配便のみ!
「新生活用品」 購入費	約120,000円~ ^{※1}	布団やカーテン等 約30,000円~ ^{※1}
退室時	不要になった 家具家電の搬出・処分費	費用・手間が 削減!

※1 2024 年当社調べ

献立表 一例

	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
朝食	ご飯 焼魚 がんもと椎茸の煮物 小松菜のピーナツ和え 味噌汁 エネルギー 774kcal 脂質 29.7g たんぱく質 29.5g 食塩相当量 4.2g	ご飯 和風ボトフ 大根葉の炒め煮 とろろ 納豆 エネルギー 722kcal 脂質 21.3g たんぱく質 24.2g 食塩相当量 4.1g	ご飯 ベッパーパーボロニア 切干大根煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 エネルギー 627kcal 脂質 15.7g たんぱく質 19.2g 食塩相当量 4.9g	食パン ひき肉入りスクランブルエッグ 水菜サラダ ポタージュスープ フルーツ エネルギー 822kcal 脂質 35.2g たんぱく質 25.0g 食塩相当量 4.2g	ご飯 厚揚げとキャベツの味噌炒め 里芋のおかか煮 ふりかけ 味噌汁 エネルギー 728kcal 脂質 22.0g たんぱく質 27.8g 食塩相当量 3.5g
夕食	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め 南瓜の煮物 トマトサラダ 味噌汁 本日のデザート エネルギー 1031kcal 脂質 39.5g たんぱく質 28.4g 食塩相当量 4.3g	焼き鳥丼 豆腐と海藻の和風サラダ きのこスープ フルーツ エネルギー 853kcal 脂質 26.0g たんぱく質 36.6g 食塩相当量 4.3g	ご飯 豚肉と車麩のすき焼き風煮 じゃがいも甘辛炒め ブロッコリーのわさびクリーム和え 赤だし フルーツ エネルギー 985kcal 脂質 40.7g たんぱく質 28.5g 食塩相当量 3.4g	ご飯 タラのトマト煮 メンチカツ スパゲティサラダ カラフル野菜のスープ 豆乳焼きドーナツ エネルギー 840kcal 脂質 22.2g たんぱく質 30.9g 食塩相当量 4.0g	シェフのおまかせカレー 福神漬け サイドメニュー グリーンサラダ フルーツグラノーラヨーグルト エネルギー 970kcal 脂質 37.5g たんぱく質 28.8g 食塩相当量 4.6g
	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
朝食	ご飯 焼魚 金平ごぼう オクラとツナの香味和風和え けんちん汁 エネルギー 652kcal 脂質 13.9g たんぱく質 27.7g 食塩相当量 3.5g	食パン 目玉焼き ウインナー添え シーザーサラダ パンフキンスープ ヨーグルト フルーツソースかけ エネルギー 836kcal 脂質 36.2g たんぱく質 26.8g 食塩相当量 4.1g	ご飯 つくねの蒲焼きだれ こんにゃくおかか煮 ブロッコリーの味噌マヨ和え 茗荷スープ エネルギー 732kcal 脂質 21.6g たんぱく質 24.0g 食塩相当量 4.6g	ご飯 スパムの塩ダレ炒め 小松菜の煮浸し 納豆 味噌汁 エネルギー 707kcal 脂質 24.8g たんぱく質 23.4g 食塩相当量 4.2g	ご飯 魚の塩麹焼き 茄子のそぼろ炒め 白菜の胡麻ダレ和え 味噌汁 エネルギー 635kcal 脂質 12.6g たんぱく質 29.8g 食塩相当量 4.2g
夕食	ご飯 チキンステーキ パーベキューソース 糸こんにゃくのじゃこ炒め スナップエンドウの明太ソース 味噌汁 フルーツ エネルギー 950kcal 脂質 33.9g たんぱく質 39.2g 食塩相当量 4.7g	ご飯 牛肉の焼肉風炒め 高野豆腐の含め煮 海藻と大根のサラダ 味噌汁 黒糖わらび餅 エネルギー 980kcal 脂質 40.4g たんぱく質 29.2g 食塩相当量 4.2g	ご飯 肉じゃが 厚揚げ田楽 胡瓜と蒸し鶏の梅おかか和え 味噌汁 フルーツ エネルギー 944kcal 脂質 36.9g たんぱく質 29.5g 食塩相当量 4.8g	海老とキムチのロゼクリームパスタ マンドゥ&韓国風ちぢみ チョレギサラダ ご飯 1kgジャスパー ホットクック エネルギー 1083kcal 脂質 25.9g たんぱく質 40.6g 食塩相当量 8.0g	ご飯 豚肉のボン酢炒め さつま揚げと野菜の煮物 ほうれん草の柚子味噌和え 味噌汁 本日のデザート エネルギー 1026kcal 脂質 44.8g たんぱく質 30.5g 食塩相当量 5.4g
	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
朝食		ご飯 焼魚 厚揚げ生姜あん いんげん菜蘇マヨ和え 赤だし エネルギー 596kcal 脂質 13.1g たんぱく質 29.5g 食塩相当量 3.1g	ご飯 ハムステーキ 胡瓜とカニカマのおろし和え 納豆 味噌汁 エネルギー 764kcal 脂質 25.8g たんぱく質 24.9g 食塩相当量 5.9g	食パン チーズスクランブルエッグ 海藻サラダ コンソスープ ヨーグルト フルーツソースかけ エネルギー 866kcal 脂質 37.5g たんぱく質 26.3g 食塩相当量 4.7g	ご飯 魚の西京焼き 蓮根金平 オクラの梅鮭和え 豚汁 エネルギー 711kcal 脂質 16.3g たんぱく質 29.6g 食塩相当量 4.2g
夕食		ご飯 照り焼きハンバーグ 牛蒡と蒟蒻のピリ辛炒め マカロニサラダ 小松菜のスープ フルーツ エネルギー 897kcal 脂質 24.4g たんぱく質 27.4g 食塩相当量 5.0g	ご飯 鶏の唐揚げ 洋風ひじき炒め ほうれん草のナムル 味噌汁 ぶどうゼリー エネルギー 1109kcal 脂質 47.8g たんぱく質 39.9g 食塩相当量 6.0g	ご飯 豚肉のケチャップ炒め 洋風ごまだれ奴 白菜とじゃこのボン酢和え 味噌汁 フルーツ エネルギー 1003kcal 脂質 44.8g たんぱく質 33.0g 食塩相当量 4.2g	冷やし中華 炊き込みご飯 焼売 杏仁豆腐 エネルギー 821kcal 脂質 13.2g たんぱく質 30.9g 食塩相当量 5.5g
					
	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
朝食	ご飯 焼魚 里芋とイカの煮物 小松菜と揚げのお浸し 味噌汁 エネルギー 621kcal 脂質 11.8g たんぱく質 26.8g 食塩相当量 3.8g	食パン 肉団子のコンソメ煮 ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ エネルギー 726kcal 脂質 23.5g たんぱく質 22.8g 食塩相当量 3.6g	ご飯 ベーコンエッグ 蓮根そぼろ味噌炒め いんげんの生姜醤油和え けんちん汁 エネルギー 673kcal 脂質 19.9g たんぱく質 24.9g 食塩相当量 2.3g	ご飯 チキンナゲット 白滝の明太炒め スナップえんどうの柚子醤油和え 味噌汁 エネルギー 657kcal 脂質 14.2g たんぱく質 22.3g 食塩相当量 4.4g	ご飯 スクランブルエッグ&ハム ピーマンおかか炒め 胡瓜と蒸し鶏の青じそ和え 味噌汁 エネルギー 629kcal 脂質 14.7g たんぱく質 23.5g 食塩相当量 4.6g
夕食	ご飯 鶏肉のごま風味炒め 茄子とがんもの煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 プリン エネルギー 977kcal 脂質 36.6g たんぱく質 40.7g 食塩相当量 5.0g	ご飯 麻婆豆腐 じゃがいもとウィンナーのバターソテー もやしのナムル 中華スープ フルーツ エネルギー 904kcal 脂質 32.4g たんぱく質 29.6g 食塩相当量 4.6g	ハヤシライス 白身フライ・サラダ アロエヨーグルト エネルギー 1110kcal 脂質 49.0g たんぱく質 31.0g 食塩相当量 3.7g	ご飯 トンテキ風 さつま芋のレモン煮 切り干し大根とツナのサラダ 茗荷スープ フルーツ エネルギー 1052kcal 脂質 46.6g たんぱく質 27.2g 食塩相当量 3.6g	ご飯 鰯の照り焼き 揚げ出し豆腐 トマトとオクラのとろろ和え 味噌汁 ピーチムース エネルギー 791kcal 脂質 22.1g たんぱく質 30.3g 食塩相当量 4.3g
	31日(月)	 ※食事イメージ ◆ 食材の納品状況などにより献立が一部変更になる場合がございますのでご了承ください。 ◆ 魚料理につきましてはごく稀に骨が残っていることがあります。お召し上がりの際はご注意ください。 ◆ 栄養価はご飯230g、食パン2枚として算出してあります。			
朝食	ご飯 焼魚 いんげんと竹輪の胡麻炒め ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁 エネルギー 580kcal 脂質 8.4g たんぱく質 28.6g 食塩相当量 4.0g				
夕食	ご飯 鶏の塩ちゃんこ鍋 ピーマン炒め ブロッコリーのマヨボン酢和え 本日のデザート エネルギー 847kcal 脂質 30.0g たんぱく質 39.1g 食塩相当量 4.7g				

※食事イメージ

※食材の納品状況などにより献立が一部変更になる場合がございますのでご了承ください。
 ※魚料理につきましてはごく稀に骨が残ることがあります。お召し上がりの際はご注意ください。
 ※栄養価はご飯230g、食パン2枚として算出しております。