

御満足頂ける食事を **心** を込めて... /

ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわっています！

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
9/25 (月)	・BIG肉団子 ・ロース豚カツ ・春雨中華炒め ・ねり天生姜 ・その他		エネルギー：495kcal たんぱく質：16.7g 脂質：23.5g 炭水化物：40.4g 食塩相当量：4.3g
9/26 (火)	・鶏もも唐揚げ ・ハンバーグ ・ポテトサラダ ・竹輪金平 ・その他		エネルギー：596kcal たんぱく質：20.9g 脂質：37.6g 炭水化物：42.0g 食塩相当量：3.7g
9/27 (水)	・テンジャオロース ・うずら串カツ ・ごぼう巻き ・いかの天ぷら ・その他		エネルギー：422kcal たんぱく質：19.1g 脂質：18.5g 炭水化物：31.2g 食塩相当量：3.6g
9/28 (木)	・帆立クリームコロッケ ・蒸し鶏ほぐし ・チヂミ焼き ・高野卵とじ ・その他		エネルギー：394kcal たんぱく質：19.2g 脂質：18.9g 炭水化物：36.5g 食塩相当量：3.5g
9/29 (金)	・チキンステーキ ・茸バター醤油オムレツ ・餃子 ・若布酢の物 ・その他		エネルギー：357kcal たんぱく質：16.8g 脂質：17.1g 炭水化物：26.9g 食塩相当量：2.8g

仕入れの都合により一部変更場合があります

御満足頂ける食事を **心** を込めて... /

ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわっています！

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
10/2 (月)	・ハンバーグ ・おさつコロッケ ・お魚豆腐寄せ ・ひじき煮 ・その他		エネルギー：410kcal たんぱく質：17.4g 脂質：19.8g 炭水化物：37.1g 食塩相当量：3.5g
10/3 (火)	・チキン南蛮 ・ポテトフライ ・お好み焼き ・春雨中華炒め ・その他		エネルギー：482kcal たんぱく質：15.5g 脂質：29.4g 炭水化物：35.6g 食塩相当量：3.5g
10/4 (水)	・肉豆腐 ・白身天ぷら ・しそ入り蒲鉾 ・マカロニサラダ ・その他		エネルギー：410kcal たんぱく質：21.0g 脂質：19.6g 炭水化物：26.8g 食塩相当量：3.1g
10/5 (木)	・ロース豚カツ ・軟骨入りつくね ・たらこスパ ・切干大根煮 ・その他		エネルギー：368kcal たんぱく質：12.0g 脂質：17.1g 炭水化物：41.8g 食塩相当量：4.6g
10/6 (金)	・中華特大焼売 ・卵の花フライ ・照焼チキン ・大根蟹餡かけ ・その他		エネルギー：375kcal たんぱく質：16.5g 脂質：16.1g 炭水化物：34.7g 食塩相当量：4.0g

仕入れの都合により一部変更場合があります

大学推薦入試での合格を目指すなら【褒めて伸ばす個別指導、京進の個別指導スクール・ワン！】
 詳しくは「スクール・ワン」で検索♪

株式会社 京進

大阪府内38教室



協賛広告

