

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！**

**別注文、幕内弁当、承ります！  
 お電話ください！**



ごはん：370kcal

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
5/6 (月)	<b>祝日はおまかせメニューとなります</b>		
5/7 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキン南蛮</li> <li>海苔葱オムレツ</li> <li>切干大根煮</li> <li>たらこスパ</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 426kcal たんぱく質：16.9g 脂質：23.5g 炭水化物：37.0g 食塩相当量：3.3g
5/8 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>いかフライ</li> <li>生姜餃子</li> <li>塩焼きそば</li> <li>大根と椎茸の旨煮</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 476kcal たんぱく質：15.3g 脂質：20.0g 炭水化物：41.6g 食塩相当量：4.0g
5/9 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>海老チリ</li> <li>お好み焼き</li> <li>春雨蟹かまの酢の物</li> <li>枝豆天</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 284kcal たんぱく質：10.1g 脂質：7.8g 炭水化物：36.0g 食塩相当量：2.6g
5/10 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>蒸し鶏粗挽き黒胡椒ソース</li> <li>竹輪の磯辺揚げ</li> <li>白身フライ</li> <li>高野の卵とじ</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 339kcal たんぱく質：22.8g 脂質：15.6g 炭水化物：24.5g 食塩相当量：2.9g

**いつもより原価かけてます！**

**毎回人気  
 ロース豚カツ！**

**ご飯すすみます！**

**いつもより原価かけてます！**

**ご飯は毎日ガス炊飯！  
 こだわり、手間かけています！**

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
5/13 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロース豚カツ</li> <li>蟹風味焼売</li> <li>ひじきとインゲンの旨煮</li> <li>金平</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 423kcal たんぱく質：11.4g 脂質：19.0g 炭水化物：46.5g 食塩相当量：3.8g
5/14 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉団子の甘酢餡かけ</li> <li>ジャーマンポテト</li> <li>野菜棒餃子</li> <li>蟹かま天</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 517kcal たんぱく質：13.1g 脂質：16.0g 炭水化物：46.6g 食塩相当量：4.2g
5/15 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>衣がサクサクコロッケ</li> <li>鯖の塩焼き</li> <li>焼きそば</li> <li>彩りつくね和風餡</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 470kcal たんぱく質：17.7g 脂質：21.6g 炭水化物：41.8g 食塩相当量：3.4g
5/16 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンステーキ</li> <li>いか天</li> <li>大根の蟹かま餡かけ</li> <li>キャベツ天</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 323kcal たんぱく質：18.7g 脂質：13.8g 炭水化物：24.5g 食塩相当量：4.5g
5/17 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>粒マスタードハムカツ</li> <li>枝豆腐ハンバーグ</li> <li>つくね串</li> <li>がんも煮</li> <li>その他</li> </ul>		1献立 - : 412kcal たんぱく質：16.0g 脂質：23.0g 炭水化物：34.3g 食塩相当量：4.3g

仕入れの都合により一部変更の場合があります

仕入れの都合により一部変更の場合があります

**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**

