

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！**



日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
3/24 (月)	<ul style="list-style-type: none"> 合挽きメンチカツ つくね和風あん ブロッコリー和え物 切干し その他 		エネルギー: 438kcal たんぱく質: 15.9g 脂質: 21.1g 炭水化物: 42.4g 食塩相当量: 3.6g
3/25 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 肉とうふ 白身磯辺フライ れんこん金平 しそ昆布 その他 		エネルギー: 376kcal たんぱく質: 14.7g 脂質: 17.5g 炭水化物: 31.6g 食塩相当量: 2.7g
3/26 (水)	<ul style="list-style-type: none"> 鶏むね唐揚げ スパサラダ 葱生姜オムレツ がんも旨煮 その他 		エネルギー: 430kcal たんぱく質: 17.4g 脂質: 25.0g 炭水化物: 26.7g 食塩相当量: 4.3g
3/27 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 菜の花と筍コロツケ ハムステーキ 焼そば かにかまぼ その他 		エネルギー: 318kcal たんぱく質: 13.7g 脂質: 10.2g 炭水化物: 39.1g 食塩相当量: 4.3g
3/28 (金)	<ul style="list-style-type: none"> デミハンバーグ ジャンボ餃子 ちくわ磯辺揚げ 大根煮付 その他 		エネルギー: 464kcal たんぱく質: 17.2g 脂質: 26.8g 炭水化物: 32.8g 食塩相当量: 4.1g

ご飯によく合う！

**木曜はご飯が
 かやくご飯です！**

**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)
3/31 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ロース豚カツ 肉シューマイ 大豆と野菜団子 ひじき煮 その他 		エネルギー: 438kcal たんぱく質: 16.6g 脂質: 24.1g 炭水化物: 33.0g 食塩相当量: 3.0g
4/1 (火)	<ul style="list-style-type: none"> 親子丼風煮 ごま塩南瓜フライ ソース焼きそば 佃煮 その他 		エネルギー: 484kcal たんぱく質: 20.1g 脂質: 17.1g 炭水化物: 44.5g 食塩相当量: 2.5g
4/2 (水)	<ul style="list-style-type: none"> すき焼き風コロツケ 粗挽きウィンナー 黒酢タレつくね 煮豆 その他 		エネルギー: 336kcal たんぱく質: 10.7g 脂質: 14.9g 炭水化物: 46.6g 食塩相当量: 2.3g
4/3 (木)	<ul style="list-style-type: none"> 鶏天甘酢ソース じゃが芋そぼろ煮 肉入ワンタン 若布酢 その他 		エネルギー: 430kcal たんぱく質: 13.4g 脂質: 15.4g 炭水化物: 32.9g 食塩相当量: 3.0g
4/4 (金)	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉スタミナ炒め ポテトサラダ ハンバーグ まぐろの角煮 その他 		エネルギー: 454kcal たんぱく質: 18.0g 脂質: 25.4g 炭水化物: 29.2g 食塩相当量: 4.7g

**みんな大好き
 どんかつ！**

**すき焼きコロツケ
 美味しい！**

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♪



大阪府内38教室



協賛広告

